KUNCHAB MAGAZINE

Kwartaalblad over boeddhisme
Revue trimestrielle sur le bouddhisme



Programma mei-december 2006
Programme mai-décembre 2006

N° 2/2006



SOMMAIRE

INTRODUCTION

Vous recevrez ce Kunchab pendant la visite du Dalaï Lama, si vous participez à l'une des activités. Dans ce cas, vous remarquerez que de manière tout à fait exceptionnelle, nous avons réalisé une brochure bilingue. Ceci pour une raison très pratique: il fallait trouver une solution permettant de simplifier le travail autant que possible et ne devoir distribuer qu'un seul fascicule à l'entrée de Tour & Taxis et du Sportpaleis. C'est pour la même raison que vous ne trouverez pas de textes ni d'articles dans le Magazine.

Par contre, dans le Kunchab Magazine 3/2006, vous pourrez lire un article sur le karma, rédigé par Lama Tashi Nyima, un article de Traleg Rinpoché sur Chögyam Trungpa et la deuxième partie du "Le jardin qui traverse le chat". Il y aura bien entendu également un rapport sur la visite du Dalaï Lama. Pour cette fois, nous nous limitons donc au programme des différents centres. A ce sujet, un certain nombre d'éléments importants doivent être mentionnés:

- Vous avez probablement remarqué que le **rituel annuel de Karling Shidro** a été déplacé (et cela même par deux fois) et se déroulera le 7, 8 et 9 juillet.

Ceci se passera en présence de nombreux lamas des pays limitrophes et sera le premier grand rituel à se dérouler dans le nouveau temple. Il est donc conseillé à chacun d'y participer.

- Nos Lamas souhaitent **structurer davantage le programme de méditation** de Huy. On fera dorénavant une différence entre la découverte de la méditation et la progression et l'accompagnement dans la pratique. Ceci est certainement une bonne nouvelle pour tous ceux qui souhaitent construire leur pratique de manière systématique.

- Une Académie Européenne d'Arts Martiaux Intérieurs (ACEURAMI) a été fondée . Vous trouverez les dates des premières réunions dans le programme de Yeunten Ling. Nous revenons à la mission de cette initiative dans Kunchab 3.

- Les dates de commencement d'une nouvelle activité de sponsoring originale ont été déjà fixées: il s'agit d'artistes ayant offert des œuvres d'art intéressantes. Ces artefacts seront vendus au cours du week-end du 28 et 29 octobre, au bénéfice du nouveau temple. Une liste détaillée contenant des descriptions sera établie et publiée sur le site web au courant de l'été, incluant des représentations et le prix des œuvres d'art. Par la présente nous tenons à remercier chaleureusement ces artistes pour leur générosité.

Nous vous souhaitons une lecture agréable de ce numéro de Kunchab qui se présente comme une brochure de programme et nous espérons pouvoir vous saluer lors d'une de nos activités.

YEUNTEN LING – HUY

Présentation

1. Historique

Quand dans les années septante du siècle précédent, l'Institut tibétain a été fondé à Anvers, on s'est très vite rendu compte qu'il y avait une demande pour des cours s'étalant sur plusieurs jours, pour des stages et des retraites de méditation. La recherche d'un endroit adapté conduit les responsables de l'institut jusqu'à Huy. En 1983, le bâtiment, un château avec 13 ha de terrain, a été acheté.

Les cours proposés ont connu très vite un grand succès: non seulement auprès des belges francophones, mais aussi auprès des gens venant des pays environnants. Depuis lors, tout suit une courbe ascendante: aussi bien le nombre de personnes qui fréquentent les cours, que le nombre de cours et de stages organisés. Dix ans plus tard, un nouveau temple derrière le château a été construit, comprenant des nouvelles possibilités de séjour.

La ville de Huy a repris l'institut dans son programme touristique, et l'institut Yeunten Ling organise chaque dimanche à 14h30 des visites guidées en français et en néerlandais pour les personnes qui souhaitent apprendre à connaître l'institut.

En 1987, l'institut a organisé un premier pèlerinage en Inde, au Népal et au Sikkim. D'autres voyages ont suivi, notamment au Tibet.

1988 a vu la construction du stoupa des miracles (un monument pour la paix), quelques années plus tard, une grande statue de Bouddha a été érigée, ce sont là deux emplacements très fréquentés par de nombreux visiteurs.

Au fil des ans, nous avons accueilli les professeurs tibétains les plus renommés et nous avons pu profiter de leur enseignement. Sa Sainteté le Dalaï-Lama a résidé à chaque fois lors de ses visites successives en Belgique (1990, 1994, 1999, 2006).

L'institut ne cesse de grandir. Il est devenu nécessaire d'envisager une extension des installations : c'est pourquoi un nouveau temple est en construction, auquel seront joints des logements (studios et chambres individuelles).

Le 29 mai 2006, lors de sa quatrième visite à Yeunten Ling, le Dalaï Lama viendra inaugurer ce temple, qui pourra recevoir 700 personnes.

2. Activités

Trois lamas enseignent à l'institut: il s'agit de Lama Karta, Lama Zeupa et Lama Tashi Nyima. Ils appartiennent à l'école Kagyu, une des quatre écoles du bouddhisme tibétain. Ils résident au château. Leurs enseignements sont basés sur les textes de base du bouddhisme et sont suivis par des bouddhistes et des non-bouddhistes de toutes traditions. Les lamas s'occupent de l'enseignement et de l'accompagnement des différents cours et rituels. Ces cours et pratiques peuvent varier dans la durée: de deux jours à un mois complet. Les lamas enseignent également dans trois autres centres (Schoten, Bruxelles et Cadzand au Pays-Bas), ainsi qu'à un certain nombre d'endroits, où des personnes ont souhaité entamer une collaboration avec l'institut Yeunten Ling: à Courtrai, en Gaume, à Amsterdam. Diverses associations culturelles et écoles, du pays et de l'étranger, font régulièrement appel aux lamas pour donner des conférences sur des sujets concernant le bouddhisme. Ils rendent également visite aux détenus des prisons. Cela semble avoir un effet positif. Lama Karta donne également des concerts de chants mystiques dans des églises. En plus des lamas, un moine tibétain, Tenba Rubgay séjourne à l'institut. Il s'occupe principalement de la décoration des temples et des stoupas dans la tradition tibétaine typique.

Chaque année, au mois de septembre, l'institut organise la "Fête du bouddhisme". Toutes les traditions bouddhistes, présentes en Belgique, participent à un rituel en rapport avec leur tradition dans la matinée. A midi, on découvre les délices de la cuisine orientale, sans oublier le programme culturel de l'après-midi avec la participation d'artistes (musique, chant, danse, démonstrations) de différents horizons. Au cours de cette fête annuelle du bouddhisme, nous accueillons à chaque fois plus de 1500 visiteurs.

L'Institut Yeunten Ling accueille près de dix mille personnes par an et est considéré comme un des plus grands centres de dharma d'Europe.

On espère que la nouvelle infrastructure va permettre le développement d'un tout nouveau département, destiné à accueillir des séminaires pour professionnels des secteurs économiques, sociaux et culturels.

Le programme

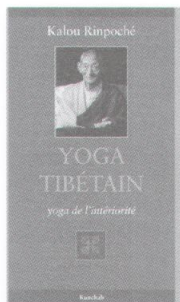
JUNI 2006

■ ***Dimanche 11 juin Poudja de pleine lune***

Il s'agit d'un rituel d'offrande. Nous récitons ensemble le texte de la poudja de Milarépa
Chacun est le bienvenu. Vous pouvez aussi amener des amis. Vous pouvez contribuer à la fête en apportant de la nourriture (tartes, gâteaux, biscuits, bonbons, fruits,...) et/ou des boissons (fraîches, vin) et en les déposant au préalable sur les plats prévus. Des fleurs sont aussi appréciées. Après la méditation de Milarépa, nous dégustons les plats et les boissons apportés.

JUILLET 2006

■ ***Samedi 1er et dimanche 2 juillet Yoga tibétain, Lama Zeupa***



Par jour, deux sessions de yoga sont prévues.
Ceci constitue une excellente occasion, pour ceux qui ont déjà suivi un week-end de yoga de continuer à s'exercer, mais les débutants sont aussi les bienvenus.
Nous utilisons comme manuel, le livre "Le yoga tibétain", de Kalou Rinpoché, publié aux éditions Kunchab et disponible dans tous les centres. Les exercices choisis par Kalou Rinpoché procurent une grande force et de nombreux bienfaits.
Bienvenue à tous, y compris aux débutants.
Prévoyez des vêtements confortables.
Veuillez réserver à l'avance.
Le paiement de € 59 est considéré comme acompte pour l' inscription.
Le nombre de participants est limité.

Participation : € 59 (tout compris)

■ ***Vendredi 7 au dimanche 9 juillet Karling Shidro Rituels pour les morts avec des lamas venant de plusieurs pays***



Selon les souhaits de notre maître bien-aimé, le Très Vénérable Kalou Rinpoché, le centre de retraite Yeunten Ling organise trois jours de rituel du Bardo ***en présence de plusieurs Lamas résidant en Europe***.
Ce rituel nous permettra d'entrer en contact avec le mandala des déités courroucées et des déités pacifiques et de nous préparer au passage dans le bardo (la période intermédiaire qui survient après la mort). Les lamas vont réaliser ces rituels pendant les trois jours. C'est surtout l'usage d'instruments de musique traditionnels qui fait de ces journées une expérience exceptionnelle. Le fait de prendre part à ces poudjas nous aidera pendant le bardo. Ces trois journées se clôtureront par un grand rituel d'offrande.



Cette année ce rituel constitue le premier grand événement dans le nouveau temple !
Ceci représente un moment exceptionnel de l'histoire du centre.

Le rituel se présente aussi comme signe de bonne augure pour le développement d'une vie profonde de l'institut et pour beaucoup d'initiatives fertiles.
Il vous est également possible de n'assister qu'à un ou deux jours de rituel.

Frais de participation aux rituels uniquement : € 10 par jour. ***Participation*** : € 97 (tout compris)

■ ***Lundi 10 juillet Poudja de pleine lune, 20 h***

(voir 11 juin)

■ ***Lundi 17(15 h) au mercredi 19 juillet Retraite de Tara, Lama Tashi Nyima***



Le Bouddha Shakyamouni a fait l'éloge de cette grande bodhisattvi quand il enseigna la tantra-racine de Tara. Tara est la manifestation

féminine de l'esprit de tous les bouddhas. Elle est associée à la sagesse originelle et à la compassion.
Elle protège des huit sortes de peurs et de dangers. "Tara" signifie littéralement "libératrice". Elle représente la force qui libère des peurs et des dangers. Ses différents aspects sont décrits dans la louange qui fait partie de la pratique de Tara et que nous récitons souvent le matin.
Elle a l'apparence d'une jeune fille, gracieuse, de couleur verte, le visage souriant.
En plus de "la Salvatrice", elle est aussi appelée "la mère universelle de tous les êtres", "celle qui aide à traverser sur l'autre rive".
Des moines lui conseillèrent donc de prier afin d'obtenir un corps masculin et atteindre ainsi l'Eveil, mais elle leur répondit: "Ici, il n'est point d'homme ni de femme, pas de soi, pas de personne. L'étiquette 'masculin' et 'féminin' n'a pas d'essence, mais trouble les esprits simples." Elle fit le vœu suivant: « Nombreux sont ceux qui aspirent à atteindre l'Eveil dans un corps d'homme, personne ne souhaite œuvrer au bien des êtres vivants dans un corps de femme. Aussi, jusqu'à ce que le samsara soit vide, je me dévouerai pour les êtres vivants dans un corps de femme."

■ ***Le lundi 17 juillet à 15 h, le Lama Tashi Nyima donnera l'initiation de la Tara Verte.***

Cette initiation est conçue comme un encouragement. Les initiations sont avant tout, destinées aux bouddhistes pratiquants.
Dans tous les cas, il faut avoir pris refuge pour pouvoir y participer et bénéficier des circonstances les plus favorables pour recevoir les bénédictions.

Après nous ferons ensemble la retraite de Tara mardi et mercredi. Il y sera possible de poser des questions sur la pratique et de bien apprendre ainsi cette méditation.
Cette retraite sera également très utile pour le centre.

Participation tout compris : € 86 (à partir du lundi à 15 heures)
Participation à l initiation uniquement : € 10.

■ ***Jeudi 20 au dimanche 23 juillet Les Quatre Nobles Vérités, enseignement & méditation guidée, Lama Karta***
Théorie et pratique du bouddhisme pour débutants et avancés



Existe-t-il un meilleur moyen d'en apprendre plus sur le bouddhisme que celui-ci ?
Les Quatre Nobles Vérités forment le noyau central des enseignements du Bouddha. Elles peuvent être expliquées à différents niveaux et sont à la base de toutes les notions essentielles du bouddhisme que sont la non-violence, le karma, l'interdépendance, la vacuité et l'éveil.

1ère journée : la souffrance
Pourquoi le Bouddha en a-t-il si souvent parlé ?
Pourquoi a-t-il abordé ce sujet en premier lieu, avant celui de la vacuité ?

2ème journée : l'origine de la souffrance
Quel est le rôle du karma et des émotions perturbatrices? Pourquoi l'humanité souffre-t-elle sans cesse ?

3ème journée : l'élimination de la souffrance
Est-il réellement possible d'éliminer la souffrance ?
Quelle est la signification du nirvana ?

4ème journée : la voie
En quoi consistent les conseils donnés par le Bouddha?
Quelles méthodes a-t-il proposées et quels sont les résultats que l'on peut en attendre ?

Le Lama ne se limitera pas à nous exposer une théorie. Il nous proposera également de nous exercer à la méditation sous sa guidance. Le Lama met aussi très fortement l'accent sur l'importance de ne pas se restreindre à la simple connaissance de ces quatre vérités, mais plutôt d'intégrer dans notre vie quotidienne les enseignements du Bouddha à leur sujet grâce à la pratique de la méditation.
Un enseignement de base sur des aspects fondamentaux des enseignements du Bouddha, enrichi d'une pratique de la méditation.

Participation : € 135 (tout compris)

■ ***Mercredi 26 (15 h) au dimanche 30 juillet***
Retraite de Mahakala, Lama Zeupa



Mahakala est la manifestation courroucée de Tchenrézi, le bodhisattva personnifiant l'amour et la compassion de tous les Bouddhas. Il est le symbole de la force qui élimine tous les obstacles dressés tout au long de notre démarche spirituelle et qui nous aide à surmonter nos angoisses.

Le Mahakala noir est « un protecteur qui intervient rapidement et exauce les vœux. »

■ ***Le mercredi 26 juillet le Lama Zeupa donnera l'initiation de Mahakala à 15 h.***

Les initiations sont avant tout destinées aux bouddhistes pratiquants. Dans tous les cas, il faut avoir pris refuge pour pouvoir y participer et bénéficier des circonstances les plus favorables pour recevoir les bénédictions.
On peut également participer uniquement à l'initiation. Tout le monde est le bienvenu.

Après nous ferons ensemble une retraite de quatre jours. Il sera possible de poser des questions sur la pratique et de bien approfondir ainsi cette méditation. Cette retraite sera également très utile pour le centre.
Chacun est le bienvenu.

Participation : € 162 (tout compris à partir du mercredi après-midi)
Participation à l'initiation uniquement : € 10

AOÛT 2006

■ ***Mercredi 2 au dimanche 6 août***
Retraite d'été : méditer avec le vénérable Lama Sherab Gyaltsen Rinpoché



L'Institut Yeunten Ling considère la visite de Lama Sherab Gyaltsen Rinpoché comme une grande bénédiction. L'année passée Lama Sherab Gyaltsen Rinpoché a dirigé la bénédiction du sol pour la construction du nouveau temple. Le résultat de cette cérémonie impressionnante devient bien visible sur le terrain: le nouveau temple apparaît.

Le Lama Sherab Gyaltsen Rinpoché a reçu ses voeux de moine du seizième Karmapa et a parcouru tous les degrés d'études et de pratiques au célèbre monastère de Rumtek (Sikkim) pour atteindre le plus haut niveau, celui de dorje lopeun.
Il est très connu au Népal et est devenu en quelques années un guide spirituel aimé et apprécié par des milliers de pratiquants du dharma.
Il organise dans son monastère de grands rassemblements destinés à la pratique du dharma et de trois à quatre mille personnes assistent toujours à ces événements. Lama Sherab Gyaltsen Rinpoché n'est pas seulement apprécié par la communauté tibétaine, mais aussi par de nombreux pratiquants d'autres nationalités qui ont participé à ces pratiques.

Chiné est une méthode facile pour apaiser l'agitation de l'esprit et demeurer dans un état de stabilité mentale. Cette pratique nous amène à une deuxième phase de la méditation, encore appelée lhagtong ou vision pénétrante . Chiné donne une souplesse à l'esprit et élimine la rigidité physique et mentale. Chiné conduit à une deuxième phase de la méditation, appelée lhaktong, ou "vision pénétrante". Lhaktong est accompli lorsque la pratique de la vision pénétrante amène le méditant à la reconnaissance de la nature de l'esprit et à la libération de toute forme de souffrance. Lama Cherab Gyaltsen Rinpoché nous donnera aussi un enseignement sur la réalisation ultime de la méditation.

Il y un enseignement chaque matin. L'après-midi et le soir, des sessions de méditation sous la guidance d'un maître accompli auront lieu l'après-midi et le soir.
Toutes les personnes qui souhaitent participer à une retraite intensive et veulent suivre une approche graduelle de la méditation sont les bienvenus.

Participation : € 183 (tout compris) ou € 12 par jour (uniquement enseignement)

■ ***Lundi 7 au vendredi 11 août Le cours d'été de peinture tibétaine, Tharphen***

Tharphen est le fils de Géga Lama. Il a étudié pendant dix ans auprès de son père. Ce dernier, un des maîtres de peinture tibétaine les plus importants, a contribué grandement au développement de notre institut.
Initiation progressive à l'art et aux techniques de la peinture :

- technique du dessin et de l'utilisation des couleurs ;
- histoire et caractéristiques du style Karma Gardri ;
- correction des travaux des élèves.

Tharphen suivra personnellement chacun des étudiants.

Les étudiants avancés recevront des conseils qui leur permettront de travailler avec les couleurs.

A apporter: papier, crayon, compas, latte, charbon de bois

Participation : € 173 pour les cinq jours (tout compris), ou

€ 105 pour le stage et les repas de midi, ou

€ 50 pour le stage uniquement

■ ***Mercredi 9 août Poudja de pleine lune, 20 h***

■ ***Samedi 12 au lundi 14 août***
Trois Lamas, trois philosophes

Les trois précurseurs les plus souvent cités dans la lignée Kagyu sont Naropa, Marpa et Milarepa. Ils ont tous vécu au onzième siècle de notre ère.

Chacun de nos Lamas nous présentera l'un de ces personnages éminents et quelques-unes de leurs discours les plus marquantes. Une occasion exceptionnelle d'écouter nos lamas et d'apprendre à connaître davantage ces figures historiques qui ont balisé l'histoire du bouddhisme.

Samedi 12 août, ***Naropa***, Lama Zeupa



Naropa était un disciple de Tilopa et lui-même maître de Marpa. Il était le fils d'un roi du Bengale et se révéla très tôt un érudit prometteur. Il devint moine et plus tard abbé de Nalanda, l'une des plus grandes universités bouddhistes d'Inde. Après huit années, il quitta la vie académique pour devenir un yogi mendiant, à la recherche de son vrai maître. Après de nombreuses difficultés, il rencontra Tilopa, duquel il apprit les tantras supérieurs et le mahamoudra.

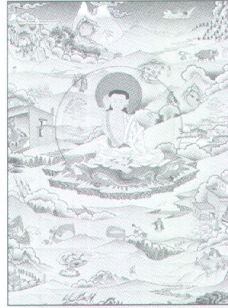
Dimanche 13 août, ***Marpa***, Lama Karta

Marpa le Traducteur était un disciple de Naropa. C'était un tibétain profane qui entreprenait de pénibles voyages en Inde à la recherche des textes bouddhistes. Il a



rapporté les six yogas de Naropa (voir: L'essence du bouddhisme, Traleg Kyabgon, chapitre 15) au Tibet. Marpa reçut la transmission du mahamoudra aussi bien de Naropa que de Maitripa et atteignit la plus haute réalisation. Milarepa fut son disciple le plus important.

Lundi 14 août, ***Milarepa***, Lama Tashi Nyima



Milarepa est le plus célèbre yogi tibétain. C'était un profane et il est honoré comme quelqu'un qui, en une seule vie, a réussi à atteindre l'illumination suprême. Il fut le fondateur de l'école Kagyu. Les circonstances firent que dans sa jeunesse, il pratiqua la magie noire, dont il se repentit par la suite.

Il fut envoyé chez Marpa, mais au début, celui-ci ne voulu pas lui donner d'enseignement. Au contraire, il soumit Milarepa à de lourdes épreuves pour purifier son karma. Finalement Milarepa reçut malgré tout cet enseignement. Ensuite, il se retira dans les montagnes, où il mena une vie des plus sobres. Milarepa est célèbre pour ses chants mystiques, qui furent rassemblés longtemps après sa mort et formèrent "Les Cents Mille Chants de Milarepa" . Parmi ses disciples les plus célèbres, on compte Retchungpa et surtout Gampopa.

On prévoit chaque jour deux sessions d'enseignement: à 10.30 h et à 14.30 h.

Participation : € 97 (tout compris)

■ ***Vendredi 18 au dimanche 20 août Manjushri, Lama Zeupa***

"Voix mélodieuse" est le nom donné à l'un des plus importants bodhisattvas. Il est le principe même de la sagesse de tous les bouddhas dans le Vajrayana. On lui donne aussi d'autres noms, tel que 'le Juvenile'. Il personnifie la connaissance, tant de la vérité absolue que relative. C'est la raison pour laquelle il est vénéré spécialement par ceux qui se consacrent à l'étude.

Il est caractérisé par deux attributs : l'épée à deux tranchants et le texte sacré. L'épée flambante est l'arme de la connaissance qui tranche les voiles de l'ignorance

et qui dissout l'obscurité. Le texte sacré vient du Prajnaparamita, l'œuvre qui contient l'enseignement du Bouddha sur l'action ultime des choses.

Le vendredi matin Lama donnera un enseignement sur Manjushri.
Le même jour, à 15 h Lama Zeupa donnera l'initiation de Manjushri.
Après viennent deux jours de pratique.

Contribution: € 97 (tout compris) ou €10 pour l'initiation uniquement

■ ***Lundi 28 au jeudi 31 août***
Quatre tantras avec les trois lamas
Introduction au bouddhisme tibétain



Les textes originaux du bouddhisme vajrayana.
Les textes sont attribués au Bouddha Shakyamouni, dans différentes manifestations et chacun d'entre eux décrit habituellement le mandala et la pratique en rapport avec un être illuminé déterminé. Le mot tantra signifie littéralement "fil" ou "continuité". Dans le vajrayana, on reconnaît en général quatre classes de tantra: Kriyatantra, le Caryatantra, et le Yogatantra forment les tantras extérieurs ou inférieurs; l' Anuttarayogatantra est le tantra intérieur ou supérieur.
Ce cours est une superbe occasion d'apprendre à connaître les quatre tantras, jour après jour. De cette manière, on comprendra de manière très claire ce que représente le bouddhisme tibétain.

Contribution : € 135 (tout compris)

SEPTEMBRE 2006

■ ***Jeudi 7 septembre Poudja de pleine lune***

■ ***Dimanche 10 septembre Fête annuelle du bouddhisme***

Les fêtes qui se déroulent chaque année depuis 1995 ont été appréciées par tous. Le succès rencontré par ces journées ne cesse de grandir : des centaines de curieux et de visiteurs viennent y assister. Cette journée de rencontre et d'information se tient sous les auspices de l'Union Bouddhique de Belgique (U.B.B.).
Cette fois encore, la fête sera particulière comprenant des rituels des différentes traditions bouddhistes au cours de l'avant-midi, avec des méditations en provenance de ces mêmes traditions et un programme culturel bouddhiste.
Quand l'estomac commencera à réclamer, on pourra déguster de nombreux délices orientaux.
Ne manquez sous aucune prétexte, cette journée aussi intéressante qu'agréable.
L'institut est aussi accessible pour toute personne qui désire s'informer ou cherche un premier contact. Toutes les traditions bouddhistes sont représentées avec un stand d'information.
Pourquoi ne pas en faire une journée agréable pour toute la famille? Chacun est le bienvenu! !
Une participation financière libre est la bienvenue pour couvrir les frais. Nous proposons 2 € par personne.

■ ***Samedi 16 et dimanche 17 septembre***
Kung fu et Tai Chi

Au printemps de cette année une Académie Européenne d'Arts Martiaux Intérieurs à été érigée. Le but est d'établir un pont entre le bouddhisme et les arts martiaux et de développer des exercices qui illustrent bien cette synthèse.

Dans notre numéro prochain du Kunchab Magazine nous reviendrons sur cette initiative qui est prise en charge par Nello Mauro, qui à chaque fois viendra de Sicile, et par José Magnée. L'assistance spirituelle sera faite par Lama Zeupa.
Chacune est le bienvenu à cette journée d'initiation, également ceux qui ont déjà une certaine pratique. Avec ce groupe nous évoluerons en 2007 vers une seconde année dans l'académie.

Contribution : € 59

■ ***Samedi 23 et dimanche 24 septembre Chiné 1, Lama Karta***

Nos lamas désirent, surtout à Huy, structurer davantage les programmes de méditation. On fera une distinction entre la vraie première rencontre avec la méditation en le progrès et l'assistance de la pratique. C'est une bonne nouvelle pour ceux qui veulent construire leur pratique de manière systématique.
Ce que nous appelons Chiné 1s'adresse aux personnes qui prennent pour la première fois contact ou qui veulent savoir comment méditer. Il est évident que tous

ceux qui ont déjà participé à un weekend de chiné, sont aussi les bienvenus. Finalement, nous aurons encore toujours des sessions de méditation avec les lamas, ce qui n'est jamais trop fréquent.
Ce que nous appelons Chiné 2 est un programme qui s'adresse à ceux qui ont déjà au moins suivi un weekend de chiné. Mais aussi là chacun est le bienvenu. Les Lamas ont l'intention d'employer l'année prochaine un texte de base d'un des Chamar Rinpochés antérieurs pour parcourir pas à pas la voie vers l'Eveil. Il existe en effet un texte tibétain de la main de ce dernier, qu'ils veulent employer. Ceci peut être important pour tous qui veulent apprendre à méditer ou qui veulent entretenir la pratique de la méditation.

Deux sessions de méditation et une session d'enseignement par jour sont prévues.
Ce stage est proposé afin d'avancer sur la voie de la méditation en approfondissant et intensifiant les expériences de la pratique. Pratiquer au lieu de parler ne peut faire de mal.
L'Institut Yeunten Ling se réjouit d'inciter de cette manière les participants à développer une pratique de méditation intensive. Cette dernière représente en effet la voie royale vers la libération dont parle le Bouddha. Méditer ensemble avec Lama Karta apporte des moments précieux qui mènent à une expérience spirituelle profonde.

Contribution : € 59 (tout compris)

OCTOBRE 2006

■ ***Samedi 7 octobre Poudja de pleine lune***

■ ***Lundi 9 et mardi 10 octobre***
Samedi 14 et dimanche 15 octobre
Méditation et émotions, Traleg Kyabgon Rinpoché

Beaucoup de personnes comprennent mal le sens du mot méditation. Elles s'imaginent qu'il s'agit d'une méthode qui aide à éviter les émotions difficiles. Elles croient que d'une manière ou une autre, elles vont découvrir la paix, qui est totalement libre du monde turbulent de notre vie émotionnelle troublée. Dans la tradition de la méditation bouddhiste, nous essayons de comprendre la nature de nos émotions, tant positives que destructrices. Découvrir comment cette vision peut être reliée de manière intelligente et compatissante avec nos émotions est un des points essentiels de la pratique bouddhiste. Rinpoché décrira en détails la pratique de la méditation bouddhiste. Il apprendra en outre comment nous pouvons nous approprier cette pratique pour finalement transformer notre relation avec l'existence humaine.

Contribution : € 63 (par période de deux jours)

■ ***Samedi 21 et dimanche 22 octobre Yoga tibétain, Lama Zeupa***

Ce weekend s'adresse à tous ceux qui veulent pratiquer le yoga tibétain. Deux sessions par jour sont prévues.
Pour ceux qui ont déjà suivi un weekend de yoga, c'est une occasion exceptionnelle pour continuer à pratiquer, mais les débutants sont aussi bienvenus.
Nous utilisons comme manuel le livre "Le yoga tibétain", de Kalou Rinpoché, publié aux éditions Kunchab. Les exercices choisis par Kalou Rinpoché procurent une grande force et de nombreux bienfaits. Il est disponible dans tous les centres.
Il émane une grande force et une grande bénédiction des exercices que Kalou Rinpoché a choisi. Il est aussi évident que ce genre de week-end peut se transformer en événement spécial et il nous donnera de toute manière la possibilité de pratiquer et de méditer en profondeur.
Prévoyez des vêtements confortables.
Réservation préalable nécessaire.
Le paiement de € 59 est considéré comme acompte.
Le nombre de participants est limité.

Contribution : 59 € (tout compris)

■ ***Samedi 28 et dimanche 29 octobre Exposition et vente d'objets d'art au profit du temple***

■ ***Samedi 28 octobre Enseignement sur Déwatchen, Lama Karta***
Dimanche 29 octobre au mercredi 1 novembre
Retraite d'Amitabha : récitation du mantra avec les trois lamas

Déwatchen
Le Lama va donner un enseignement sur ce qui est appelé "le paradis de la félicité".
Comment y arrive-t-on ? Où se situe ce paradis ? Qui peut-on y rencontrer ? Quels sont les avantages de ce paradis ? Est-ce qu'il existe vraiment ou est-ce surtout une histoire qui doit nous faire comprendre quelque chose ? En quoi consiste la pratique de Déwatchen ? Est-il utile de réciter ce texte ?
L'enseignement sera basé sur toutes ces questions. Nous apprenons ainsi ce que nous pouvons faire pendant notre vie afin que le passage de la mort se déroule le plus facilement possible.

La retraite qui suit cette journée d'enseignement permettra à chacun de mettre cela tout de suite en pratique.

Afin de nous préparer à la mort, il est utile d'établir un lien avec le Bouddha Amitabha, le Bouddha de la lumière infinie. Ceci peut se faire par la récitation de son mantra. Durant ces quatre jours, nous pouvons également commémorer toutes les personnes décédées. Chacun est le bienvenu à ces sessions de pratique intensive qui sont clôturées par une tsok-poudja , un rituel d'offrande le mercredi à 14.30 h.
Cette pratique est placée sous le signe de la commémoration du décès de Lama Ogyen, le premier lama qui a dirigé nos centres. L'on peut également exprimer des vœux pour que tous les projets du centre puissent se réaliser d'une manière favorable.
Tout le monde est le bienvenu.
Possibilité de s' inscrire pour un ou plusieurs jours.

Dimanche 29 octobre le Lama Karta donnera l'initiation d'Amitabha à 15 h.

Contribution: € 173 (tout compris) ou € 10 par jour (uniquement enseignement)

NOVEMBRE 2006

■ ***Samedi 4 et dimanche 5 novembre Kung fu et Tai Chi***

Contribution: € 59

■ ***Dimanche 5 novembre Poudja de pleine lune***

■ ***Samedi 11 et dimanche 12 novembre***
Chiné 2, pacification de l'esprit et apprentissage de la concentration, Lama Tashi Nyima

La méditation est un exercice qui concerne l'être dans sa totalité, mobilisant le corps et l'esprit. Son but est de transformer le pratiquant en lui offrant l'occasion de découvrir ce qu'il est et ce qu'il n'est pas, et ainsi de se libérer de toutes sortes d'illusions et d'insatisfaction de la vie quotidienne. Parmi un large éventail de techniques, deux formes simples de méditation sont proposées en raison de leur neutralité culturelle et de leur approche simple. Les pratiques conviennent parfaitement à l'homme contemporain occidental, à la recherche de la paix intérieure, quelles que soient ses convictions et sa religion :
- la concentration sur la respiration mène à la sérénité et à la détente de l'esprit ;
- pratique de la perception du corps, une prise de conscience de la matérialité du corps, d'un côté, et de l'esprit, de l'autre, mènent progressivement à une vision pénétrante, à la lucidité de la conscience et libère l'esprit des tendances négatives.
Lama y donnera des explications sur la capacité et la manière dont les exercices de concentration apaisent l'esprit et développent une vision plus claire.

10.30 h : enseignement
15.00 h : pratique de la méditation

Contribution: € 59 (tout compris)

■ ***Samedi 25 novembre Prendre refuge, Lama Zeupa***

Prendre le refuge signifie rechercher une'protection', une approche formelle du bouddhisme. On prend refuge dans les 'Trois Joyaux': le Bouddha (l'état ultime), le dharma (la voie pour y parvenir) et la sangha (la communauté des participants).
Dans ce monde les 'Trois Joyaux' représentent une véritable protection contre la souffrance.
Quelles sont leurs qualités? Pourquoi chercher refuge? Est-il vraiment nécessaire de devenir bouddhiste? Quels en sont les avantages? Comment y arrive-t-on? Quels sont les engagements que nous prenons?
Une belle occasion de s'informer sur toutes ces questions.
Enseignements à 10.30 h et à 14.30 h.

Contribution: € 21 (enseignement et repas de midi)

DÉCEMBRE 2006

■ ***Samedi 2 et dimanche 3 décembre Kungfu et Tai Chi***

Contribution: € 59

■ ***Lundi 4 décembre Poudja de pleine lune***

■ ***Samedi 16 et dimanche 17 décembre Lodjong, entraînement de l'esprit, Lama Zeupa***

Le bouddhisme nous enseigne de façon simple et concrète comment il est possible d'utiliser toutes les circonstances de la vie comme moyen de parvenir à une forme supérieure de la liberté. La pratique du lodjong conduit le méditant à développer "l'esprit d'éveil" : l'altruisme, soutenu par l'amour et la compassion envers tous les êtres vivants. Quand nous apprenons cela, nous



pouvons créer une ouverture d'esprit qui nous amène à utiliser toutes les circonstances de la vie quotidienne comme base de méditation pour le transformation, intérieure. Une belle occasion de découvrir comment intégrer le bouddhisme dans la famille et la vie professionnelle. Cet entraînement est une pratique séculaire puissante, et contient de nombreux conseils avisés, aussi applicables à notre culture!

Participation : € 59 (séjour, repas et enseignement inclus)

■ ***Nyoungné du lundi soir 18 au samedi matin 30 décembre***

Enseignement et pratique lundi soir le 18 décembre à 20 h.
Nyoungné est une pratique de jeûne, de silence et de méditation.
A la fin de chaque année, nous offrons l'occasion de réaliser cette pratique de purification. Les pratiquants des années passées ont toujours confirmé que, même une seule session de deux jours, leur avait été très bénéfique et offre une expérience de retraite intensive très forte. Cette pratique de jeûne est liée à l'aspect de Tchenrézi personnifiant l'amour et la compassion des Bouddhas. Elle est associée à l'observance des vœux de conduite éthique que l'on appelle les vœux de So-djong, que l'on prend le premier jour. On ne prend plus de nourriture après le repas de midi et on évite les paroles futiles. Le deuxième jour on refait les mêmes vœux en y ajoutant ceux de ne plus manger, ni boire, ni parler, jusqu'au lendemain à l'aube.
Les participants sont priés d'arriver dès le soir avant le début des pratiques, car celles-ci commencent très tôt, et de rester jusqu'au matin de la troisième journée. Il est également important que chacun reste jusqu'au matin de la troisième journée, vers 9h.

Mardi 19 et mercredi 20 décembre : Nyoungné 1
Jeudi 21 et vendredi 22 décembre : Nyoungné 2
Mardi 26 et mercredi 27 décembre : Nyoungné 3
Jeudi 28 et vendredi 29 décembre : Nyoungné 4

Contribution : € 59 par Nyoungné, € 110 pour deux et € 220 pour quatre Nyoungnés.

■ ***Dimanche soir 24 et lundi 25 décembre***
Fête de Noël

Pour les bouddhistes, Jésus est une personne qui les inspire. C'est pourquoi la fête de Noël est aussi dans les yeux des bouddhistes un événement qui a sa raison d'être et qui peut et doit certainement être commémoré et fêté.

Joyeux Noël!
Le programme est le suivant:
Dimanche 24 décembre
18.00 h rituel de Mahakala
19.00h repas de fête

Lundi 25 décembre
10.00 h Lama s'adresse à tous dans le temple
12.00 h repas de fête

Toute personne qui souhaite passer cette période à l'institut ou qui se sent seul, est la bienvenue.
Une contribution de € 25 est demandée pour les deux repas de fête, la nuitée, le petit-déjeuner et la conférence.
Il est demandé à chacun d'apporter un cadeau d'une valeur
d'environ € 5.
Ces petits présents seront distribués samedi soir entre les participants.
Nous sommes convaincus que cette réunion intime et conviviale donnera à chacun la possibilité d'apprendre encore mieux à se connaître les uns les autres.

Contribution : € 25 (tout compris)

INSTITUT NALANDA, BRUXELLES

PROGRAMME



Présentation

Son histoire et sa mission

L'institut Nalanda a commencé ses activités en 1992. Les lamas du centre Yeunten Ling à Huy se sont déplacés à Bruxelles et ont donné des enseignements de bouddhisme et des méditations guidées, pour répondre à la demande d'un nombre croissant de Bruxellois de s'initier à l'étude de la philosophie bouddhiste d'une part et à la pratique de la méditation d'autre part.

En juin 2000, l'asbl Yeunten Ling a investi dans l'achat d'un hangar situé rue de l'Orme. Le temple, décoré intérieurement dans la pure tradition tibétaine a été inauguré en grande pompe le 7 novembre 2001 en présence du Prince Laurent.

L'Institut Nalanda propose un programme d'initiation à l'étude et à la pratique du bouddhisme dans sa forme tibétaine au moyen d'activités variées telles que des conférences et des stages de pratique de méditation. Les cours sont donnés par les enseignants bouddhistes tibétains (lamas) attachés au centre et par des maîtres bouddhistes de toutes traditions. En outre, certaines causeries sont données par des scientifiques ou par des représentants d'autres religions.

En général les programmes proposés comportent des méditations hebdomadaires et des conférences portant sur les aspects fondamentaux du bouddhisme au rythme de deux fois par mois. Les conférenciers sont nos lamas.

Conférences données par des conférenciers invités

Pour créer une ambiance d'ouverture et de dialogue entre les diverses traditions du bouddhisme et entre le bouddhisme et la science ou le bouddhisme et les autres traditions philosophiques ou religieuses, nous organisons également de conférences données par des conférenciers invités.

Les Universités du bouddhisme

Pour continuer sa démarche dans le rapprochement du bouddhisme avec les sciences occidentales, l'humanisme et les spiritualités, l'institut Nalanda a organisé les universités du bouddhisme. Deux universités ont déjà été organisées. Des journées durant lesquelles des scientifiques, des représentants orientaux renommés du bouddhisme, des philosophes et des humanistes ont offert à un public large et diversifié, une vision profonde

des modes de pensée occidentaux et de l'apport dont le bouddhisme est devenu le vecteur possible.

Première université du bouddhisme à Bruxelles (2004)

Qui suis-je? Histoire du 'moi' à travers les sciences, la philosophie occidentale et le bouddhisme
Trois jours durant, des spécialistes éminents du bouddhisme, de l'humanisme, des spiritualités et de la science ont abordé les questions de rapprochement entre ces voies.

Deuxième université du bouddhisme à Bruxelles (2005)

Les mutations sociétales et individuelles de notre époque.
Quitter le vieil homme

Troisième université du bouddhisme à Bruxelles (2006): Qu'est-ce que la vie ?
(voir brochure)

Programme

JUIN 2006

■ ***Mercredi 7 juin Méditation de Tchenrézi, 20 h***

Chaque jeudi nous méditons sur la compassion. Ceci se passe d'habitude avec un lama. Un rendez-vous hebdomadaire permettant de développer la compassion envers tous les êtres vivants et qui considère les résultats de cette pratique comme une habitude à prendre dans la vie de tous les jours. Ces méditations sont gratuites.

■ ***Lundi 12 juin Méditation guidée, 20 h***

■ ***Mardi 13 juin Poudja, 20 h***

C'est depuis l'année dernière, que l'institut tibétain offre ce programme.
Une fois par mois un lama nous accompagne, le premier jour pour un rituel, le deuxième pour une méditation. Nous exercerons alternativement divers poudjas (Bouddha Menla, Mahakala, Tara et des pratiques de méditation). Chacun est le bienvenu. Lama introduira brièvement les pratiques et les situera. Celui qui participe de manière régulière pourra maîtriser différents rituels, apprendre de nombreuses exercices de méditation et participer à des moments de pratiques méditatives complémentaires en groupe.
Ceci demande un gros effort à notre centre d'organiser tout cela. Nous espérons qu'un grand nombre de personnes y participeront. La participation financière est libre mais très appréciée.

■ ***Mercredi 14 juin Enseignement « Bouddhisme et engagement social », 20 h***

Souvent les non-bouddhistes pensent que: "Les bouddhistes essayent d'atteindre l'illumination et sont de ce fait très intensément occupés à méditer et à pratiquer. C'est pour cela que les bouddhistes témoignent peu d'intérêt social." Est-ce vraiment ainsi?
Quand, via la compassion, nous portons notre regard sur les autres, nous quittons le petit cercle égoïste dans lequel nous nous enfermons parfois. A ce moment l'engagement social n'est plus très loin. Lama va continuer à approfondir la vision bouddhiste sur l'engagement social.

■ ***Mercredi 21 juin Méditation de Tchenrézi, 20 h***

■ ***Samedi 24 juin Programme d'un jour « Les Quatre Nobles Vérités », Lama Karta, 10.30 h***

Pendant le premier cycle d'enseignement le Bouddha a parlé des Quatre Nobles Vérités. Elles forment le noyau central de l'ensemble de la philosophie bouddhiste. Qu'est ce que la souffrance? Quelles en sont les causes et comment pouvons nous échapper à cette souffrance? Que sont les émotions perturbatrices et quel est leur rôle? Quelle est la loi du karma?
Lama Karta nous expliquera tout cela très clairement et nous donnera une série d'excellents conseils pratiques pour la vie quotidienne.

Contribution : € 25
(enseignement et repas inclus)

■ ***Mercredi 28 juin Enseignement « Explications sur la méditation de Tchenrézi », 20 h***

La compassion est un concept typique du bouddhisme. Ce concept connaît quatre gradations: maitri, l'amour d'une mère pour son enfant unique, le désir de venir en aide à tous les êtres vivants qui souffrent, mudita, le désir de participer au bonheur des autres, sans aucune jalousie et upekka, l'équanimité totale de celui qui n'a plus ni ami ni ennemi. Tchenrézi, est le grand bodhisattva de la compassion universelle. Nous exerçons chaque semaine sa pratique de la méditation. Lama nous expliquera de manière détaillée le sens et le déroulement de cette pratique.

AOÛT 2006

■ ***Mercredi 16 août Méditation de Tchenrézi, 20 h***

■ ***Mercredi 23 août Enseignement « Le Soutra du cœur: Une vision chaleureuse et claire", 20 h***

C'est le soutra le plus court mais le plus populaire des soutras de prajnaparamita. Le prajnaparamita est le nom d'un recueil de textes sur le concept de la vacuité. Prajna signifie la connaissance supérieure, c.à d. la connaissance qui conduit directement vers l'illumination. Prajna est la connaissance de la vacuité d'un soi individuel et de la vacuité des phénomènes. Le soutra du cœur est le cœur de ces textes. Il est souvent récité dans les couvents et les centres bouddhistes.

■ ***Mercredi 30 août Méditation de Tchenrézi, 20 h***

SEPTEMBRE 2006

■ ***Mercredi 6 septembre Méditation de Tchenrézi, 20 h***

Un des lamas guidera le rituel. Nous réciterons ensemble le poudja de Milarepa. Il sera suivi par un tsok, au cours duquel tous les aliments et les boissons seront partagés entre les personnes présentes. Cette nourriture (fruits, biscuits, bonbons…) et ces boissons (rafraîchissements, vin…) sont apportées par les personnes présentes et placées au préalable dans les coupes prévues à cet effet. Les fleurs sont aussi les bienvenues.

■ ***Lundi 11 septembre Méditation guidée, 20 h***

■ ***Mardi 12 septembre Poudja, 20 h***

■ ***Mercredi 13 septembre Enseignement « Le Noble Sentier Octuple », 20 h***

■ ***Dimanche 17 septembre Programme d'un jour « Apprendre à méditer », Lama Tashi Nyima, 10.30 h***

Une occasion excellente pour tous qui veulent apprendre à méditer.
Le matin le Lama Tashi Nyima explique pourquoi méditer et comment le faire.
L'après-midi on fera ensemble quelques exercices pour découvrir à partir de la pratique de quoi.

Tout le monde est le bienvenu.
Contribution : 25 € (enseignement et repas compris)

■ ***Mardi 19 septembre Groupe de lecture, 20 h***

Aujourd'hui nous commençons avec un nouveau livre et une nouvelle méthode de travail. Le livre dont il s'agit est « *Le précieux ornement de la Libération* » de Gampopa. Toute personne intéressée est la bienvenue. Comme préparation nous lirons un certain chapitre déterminé. Au cours de la réunion, nous discuterons ce chapitre ensemble pendant trois quarts d'heure. Nous pourrons également poser des questions au Lama présent. Vient ensuite une demi-heure de méditation sur le texte lu, sous la guidance du Lama.

■ ***Mercredi 20 septembre Méditation de Tchenrezi , 20 h***

■ ***Mercredi 27 septembre Enseignement : "Explication sur le poudja du Bouddha Menla", 20 h***

La méditation du Bouddha de la médecine "Sangyé Menla" et la récitation de son mantra mettent une dynamique de guérison de soi et des autres en route. Lama explique pourquoi le Bouddha peut-être considéré comme un médecin et ses mots comme des médicaments.
Nous apprenons comment la méditation se déroule et sa signification.

OCTOBRE 2006

■ *Lundi 2 octobre Méditation guidée, 20 h*

■ *Mardi 3 octobre Poudja, 20 h*

■ *Mercredi 4 octobre Enseignement « Les six paramitas : la générosité », 20 h*

■ *Mardi 3 octobre Groupe de lecture, 20 h*

■ *Mercredi 11 octobre Enseignement «La philosophie bouddhiste », Traleg Kyabgon Rinpoché, 20 h*

Comment pouvons-nous intégrer la sagesse et la compassion dans notre vie quotidienne ? Rinpoché expliquera de manière simple et claire ce sujet. L'enseignement se déroulera en anglais, mais sera traduit en français.

■ *Mercredi 18 octobre Enseignement « Les six paramitas : la conduite éthique », 20 h*

■ *Mercredi 25 octobre Méditation de Tchenrézi, 20 h*

NOVEMBRE 2006

■ *Lundi 6 novembre Méditation guidée, 20 h*

■ *Mardi 7 novembre Poudja, 20 h*

■ *Mercredi 8 novembre Enseignement « Les six paramitas : la patience-tolérance », 20 h*

■ *Mardi 14 novembre Groupe de lecture, 20 h*

■ *Mercredi 15 novembre Méditation de Tchenrézi, 20 h*

■ ***Samedi 18 novembre Programme d'un jour « Le Bouddha, le dharma et la sangha », Lama Zeupa, à partir de 10.30 h***

Aujourd'hui nous parlons des « trois joyaux ».
Qui était exactement cette figure historique que nous appelons le Bouddha ou l'Eveillé, l'Illuminé ?
Quels sont ses paroles et ses conseils les plus importants ?
Quelle est leur signification pour l'Occident aujourd'hui ?
Et comment les gens peuvent-ils arriver à appliquer ces paroles dans leur vie ?
Tout ceci Lama Zeupa nous l'expliquera dans son style clair et analytique.
Tout le monde est le bienvenu.

Contribution : 25 € (repas compris)

■ *Mercredi 22 novembre Enseignement « Les six paramitas : l'assiduité », 20 h*

■ *Mercredi 29 novembre Méditation de Tchenrézi, 20 h*

DÉCEMBRE 2006

■ *Lundi 4 décembre Méditation guidée, 20 h*

■ *Mardi 5 décembre Poudja, 20 h*

■ *Mercredi 6 décembre Enseignement « Les six paramitas : la concentration », 20 h*

■ *Mardi 12 décembre Groupe de lecture, 20 h*

■ *Mercredi 13 décembre Enseignement « Les six paramitas : la sagesse », 20 h*

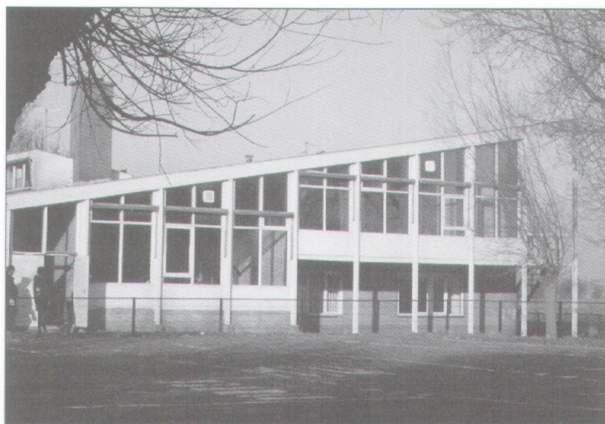
■ *Vendredi 15 décembre Groupe de lecture, 20 h*

■ *Mercredi 20 décembre Méditation de Tchenrézi, 20 h*

L'institut a lancé un nouveau site afin de promouvoir le dialogue entre le bouddhisme et la science: www.bouddhisme-science.org

NAROPA - CADZAND

PROGRAMME



Provisoirement les enseignements à l'Institut Naropa ne sont pas traduits en français. Au cas où de plus en plus de personnes introduiraient une demande de traduction en français, nous essayerions de nous adapter à ce souhait.

Programme

JUIN 2006

Du 10 au 16 juin Lama Karta résidera à l'Institut Naropa.

■ **Samedi 10 et dimanche 11 juin Méditation de Mahamoudra, Lama Karta**
Dimanche 11 Poudja de pleine lune, 20 h

JUILLET 2006

Du 10 au 16 juillet Lama Tashi Nyima résidera à l'Institut Naropa.

■ ***Lundi 10 juillet Poudja de pleine lune, 20 h***

■ ***Jeudi 13 au dimanche 16 juillet Quatre pensées, Lama Tashi Nyima***

■ ***Samedi 22 et dimanche 23 Yoga tibétain, Lama Zeupa***

AOÛT 2006

■ ***Samedi 5 et dimanche 6 août***
Le pouvoir de la patience,
travailler avec les émotions, Lama Karta

■ ***Samedi 26 et dimanche 27 août Manjushri***
Samedi Lama Zeupa donnera l'initiation de Manjushri.

OCTOBRE 2006

■ ***Samedi 21 et dimanche 22 octobre Naropa , Lama Tashi Nyima***

DÉCEMBRE 2006

■ ***Samedi 9 et dimanche 10 décembre Chiné, Lama Zeupa***

SOUKHASIDDHI LING – GAUME

PROGRAMME



Vous êtes tous conviés à la poudja d'offrandes que nous offrons à l'occasion de la création de l'institut Soukhasiddhi Ling. Elle se déroulera à Yeunten Ling en présence des Lamas le dimanche 16 juillet à 20h.

Présentation

Depuis plusieurs années, des habitants de la région organisent annuellement une conférence au centre communautaire de Saint Mard (Virton), une retraite d'un WE à l'abbaye d'Orval et une journée de réflexion à Arlon. Une méditation mensuelle à l'abbaye d'Orval est également effectuée. Ces activités sont proposées à toutes personnes de quelque confession que ce soit.

Depuis quelques temps, le souhait de structurer les groupes et les activités s'est fait sentir. Lama Karta nous a honoré en donnant un nom à notre groupe. Il est assez rare qu'un nom féminin soit donné et nous nous en réjouissons. Puissions nous suivre la voie qui nous est montrée et œuvrer ainsi au bien-être de tous .

Soukhasiddhi est une importante Dakini (yogi féminin) qui vécut au 9ème siècle. Sa biographie décrit sa rencontre avec le yogi Bitoupa et leur cheminement vers l'éveil. Elle est surtout connue pour sa pratique des six yogas qu'elle a transmis à Kyoungpo Neldjor, le maître fondateur de la lignée Changpa Kagyu au Tibet.

Programme

- ***Vendredi 16 juin*** Méditation à l'abbaye d'Orval, 19 h. (Lama Tashi Nyima)
- ***Vendredi 15 septembre*** Méditation à l'abbaye d'Orval, 19 h.
- ***Samedi 21 et dimanche 22 octobre Retraite, Lama Karta***

Les activités des Lama étant très importantes cette année avec la Visite de Sa Sainteté le Dalaï Lama et les travaux du nouveau temple à Huy, nous n'avons pu vous prévenir plus tôt de ce week-end. Lama sait combien ces deux jours sont importants pour nous mais aussi pour vous et il a fait son possible pour le faire malgré tout. Nous le remercions de tout cœur et nous sommes très heureux de pouvoir vous l'annoncer.

- ***Samedi 21 octobre*** méditation à Orval à 20h30 dans le cadre du week-end. Si vous le désirez, vous pouvez nous rejoindre à 20h dans la basilique pour participer avec Lama à l'office du soir.
- ***Vendredi 17 novembre*** Méditation à l'abbaye d'Orval, 19 h.
- ***Vendredi 15 décembre*** Méditation à l'abbaye d'Orval, 19 h.

Informations et inscriptions:

Nicole Colin : +32 (0) 63 44 44 25 ou
nicolin@tele2.be
www.institut-tibetain.org

LE CALENDRIER

Juin

Vendredi 2 – dimanche 4 Bruxelles, La Voie du Milieu, S.S. le Dalaï-Lama
Lundi 5 Bruxelles, Initiation de la Longue Vie, S.S. le Dalaï-Lama
Lundi 5 Antwerpen, Interrelation, S.S. le Dalaï-Lama
Mercredi 7 Bruxelles, Méditation de Tchenrézi
Jeudi 8 Schoten, Méditation de Tchenrézi
Samedi 10 – dimanche 11 Cadzand Méditation de Mahamoudra, Lama Karta
Dimanche 11 Huy Poudja de pleine lune
Dimanche 11 Cadzand Poudja de pleine lune
Lundi 12 Bruxelles Méditation guidée
Lundi 12 Schoten Poudja
Mardi 13 Bruxelles Poudja
Mardi 13 Schoten Méditation guidée
Mercredi 14 Bruxelles Bouddhisme et l'engagement social
Jeudi 15 Schoten Bouddhisme et l'engagement social
Vendredi 16 Gaume Méditation, Lama Tashi Nyima
Samedi 17 Kortrijk Programme d'un jour: Yoga tibétain, Lama Zeupa
Mercredi 21 Bruxelles Méditation de Tchenrézi
Jeudi 22 Schoten Méditation de Tchenrézi
Samedi 24 Bruxelles Programme d'un jour Les Quatre Nobles Vérités, Lama Karta
Dimanche 25 Schoten Programme d'un jour Les Quatre Nobles Vérités, Lama Karta
Mercredi 28 Bruxelles Enseignement sur la méditation de Tchenrézi
Jeudi 29 Schoten Enseignement sur la méditation de Tchenrézi
Du 10 au 16 juin le Lama Karta résidera à l'Institut Naropa.

Juillet

Samedi 1 – dimanche 2 Huy Yoga tibétain, Lama Zeupa
Vendredi 7 – dimanche 9 Huy Karling Chidro
Lundi 10 Huy Poudja de pleine lune
Lundi 10 Cadzand Poudja de pleine lune
Jeudi 13 – dimanche 16 Cadzand Quatre pensées, Lama Tashi Nyima
Lundi 17 – mercredi 19 Huy Retraite de Tara, Lama Tashi Nyima
Jeudi 20 – dimanche 23 Huy Les Quatre Nobles Vérités, Lama Karta
Samedi 22 – dimanche 23 Cadzand Yoga tibétain, Lama Zeupa
Mercredi 26 – dimanche 30 Huy Retraite de Mahakala, Lama Zeupa
Du 10 au 16 juillet le Lama Tashi Nyima résidera à l'Institut Naropa.

Août

Mercredi 2 – dimanche 6 Huy Retraite d'été, Lama Cherab Gyaltsen Rinpoché
Samedi 5 – dimanche 6 Cadzand Pouvoir de la patience, travailler avec les émotions, Lama Karta
Lundi 7 – vendredi 11 Huy Tharphen
Mercredi 9 Huy Poudja de pleine lune
Samedi 12 – lundi 14 Huy Trois lamas, trois philosophes
Mercredi 16 Bruxelles Méditation de Tchenrézi
Jeudi 17 Schoten Méditation de Tchenrézi
Vendredi 18 – dimanche 20 Manjushri, Lama Zeupa
Mercredi 23 Bruxelles Le soutra du coeur
Jeudi 24 Schoten Le soutra du cœur
Samedi 26 – dimanche 27 Cadzand Manjushri, Lama Zeupa
Lundi 28 – jeudi 31 Huy Quatre tantras, les trois lamas
Mercredi 30 Bruxelles Méditation de Tchenrézi
Jeudi 31 Schoten Méditation de Tchenrézi

Septembre

Mercredi 6 Bruxelles Méditation de Tchenrézi
Jeudi 7 Schoten Poudja de pleine lune
Dimanche 10 Huy Fête du bouddhisme
Lundi 11 Bruxelles Méditation guidée
Lundi 11 Schoten Poudja
Mardi 12 Bruxelles Poudja
Mardi 12 Schoten Méditation guidée
Mercredi 13 Bruxelles Le Noble Sentier Octuple
Jeudi 14 Schoten Le Noble Sentier Octuple
Vendredi 15 Gaume Méditation
Vendredi 15 Amsterdam Vivre, mourir, être né, Lama Karta
Samedi 16 – dimanche 17 Huy Kung fu et Tai Chi
Samedi 16 Schoten Programme d'un jour Apprendre à méditer, Lama Tashi Nyima
Dimanche 17 Bruxelles Programme d'un jour Apprendre à méditer, Lama Tashi Nyima
Mardi 19 Bruxelles Groupe de lecture
Mercredi 20 Bruxelles Méditation de Tchenrézi
Jeudi 21 Schoten Méditation de Tchenrézi
Samedi 23 – dimanche 24 Huy Chiné 1, Lama Karta
Mardi 26 Kortrijk Instruction sur la méditation, Lama Karta
Mercredi 27 Bruxelles Le Bouddha Menla

Jeudi 28 Schoten Le Bouddha Menla
Vendredi 29 Schoten Groupe de lecture

Octobre

Dimanche 1 Schoten Visite guidée
Lundi 2 Bruxelles Méditation guidée
Lundi 2 Schoten Poudja
Mardi 3 Bruxelles Poudja
Mardi 3 Schoten Méditation guidée
Mercredi 4 Bruxelles Les six paramitas : la générosité
Jeudi 5 Schoten Les six paramitas : la générosité
Samedi 7 Huy Poudja de pleine lune
Samedi 7 – dimanche 8 ***Bruxelles Troisième édition de l'Université du Bouddhisme***
Lundi 9 – mardi 10 et Samedi 14 – dimanche 15 Huy Méditation et émotions,Traleg Kyabgon Rinpoché
Mardi 10 Bruxelles Groupe de lecture
Mercredi 11 Bruxelles La philosophie bouddhiste, Traleg Kyabgon Rinpoché
Jeudi 12 Schoten La philosophie bouddhiste, Traleg Kyabgon Rinpoché
Vendredi 13 Amsterdam La philosophie bouddhiste,Traleg Kyabgon Rinpoché
Samedi 14 Kortrijk Programme d'un jour: Méditation, Lama Karta
Mercredi 18 Bruxelles Les six paramitas : la conduite éthique
Jeudi 19 Schoten Les six paramitas : la conduite éthique
Vendredi 20 Schoten Groupe de lecture
Samedi 21 – dimanche 22 Huy Yoga tibétain, Lama Zeupa
Samedi 21 – dimanche 22 Orval Retraite, Lama Karta
Samedi 21 – dimanche 22 Cadzand Naropa, Lama Tashi Nyima
Mercredi 25 Bruxelles Méditation de Tchenrézi
Jeudi 26 Schoten Méditation de Tchenrézi
Samedi 28 – dimanche 29 Huy Exposition et vente d'objets d'art au profit du temple
Samedi 28 Huy Enseignement sur Déwatchen, Lama Karta
Dimanche 29 - mercredi 1 novembre Huy Retraite d'Amitabha, les trois lamas

Novembre

Samedi 4 – dimanche 5 Huy Kung fu et Tai Chi
Dimanche 5 Huy Poudja de pleine lune
Lundi 6 Bruxelles Méditation guidée
Lundi 6 Schoten Poudja
Mardi 7 Bruxelles Poudja
Mardi 7 Schoten Méditation guidée
Mercredi 8 Bruxelles Les six paramitas : la patience
Jeudi 9 Schoten Les six paramitas : la patience
Samedi 11 – dimanche 12 Huy Chiné 2, apaiser l'esprit, Lama Tashi Nyima
Mardi 14 Bruxelles Groupe de lecture
Mercredi 15 Bruxelles Méditation de Tchenrézi
Jeudi 16 Schoten Méditation de Tchenrézi
Vendredi 17 Orval Méditation
Samedi 18 Bruxelles Programme d'un jour: Le Bouddha, le dharma et la sangha, Lama Zeupa
Dimanche 19 Schoten Programme d'un jour : Le Bouddha, le dharma et la sangha, Lama Zeupa
Mercredi 22 Bruxelles Les six paramitas : l'assiduité
Jeudi 23 Schoten Les six paramitas : l'assiduité
Vendredi 24 Schoten Groupe de lecture
Samedi 25 Huy Prendre refuge, Lama Zeupa
Mercredi 29 Bruxelles Méditation de Tchenrézi
Jeudi 30 Schoten Méditation de Tchenrézi

Décembre

Dimanche 3 Bruxelles Concert, Lama Karta
Samedi 2 – dimanche 3 Huy Kung fu et Tai Chi
Lundi 4 Huy Poudja de pleine lune
Lundi 4 Bruxelles Méditation guidée
Lundi 4 Schoten Poudja de pleine lune
Mardi 5 Bruxelles Poudja
Mardi 5 Schoten Méditation guidée
Mercredi 6 Bruxelles Les six paramitas : la concentration
Jeudi 7 Schoten Les six paramitas : la concentration
Samedi 9 – dimanche 10 Cadzand, Chiné, Lama Tashi Nyima
Mardi 12 Bruxelles Groupe de lecture
Mercredi 13 Bruxelles Les six paramitas : la sagesse
Jeudi 14 Schoten Les six paramitas : la sagesse
Vendredi 15 Orval Méditation
Vendredi 15 Schoten Groupe de lecture
Samedi 16 – dimanche 17 Huy Lodjong, Lama Zeupa
Mardi 19 – mercredi 20 Huy Nyoungné 1
Mercredi 20 Bruxelles Méditation de Tchenrézi
Jeudi 21 Schoten Méditation de Tchenrézi
Jeudi 21 – vendredi 22 Huy Nyoungné 2
Dimanche 24 – lundi 25 Huy Fête de Noël
Mardi 26 – mercredi 27 Huy Nyoungné 3
Jeudi 28 – vendredi 29 Huy Nyoungné 4

COTISATION DE MEMBRE : COMMENT VOUS INSCRIRE ?

Nous remercions nos membres pour leur confiance et souhaitons la bienvenue à toutes les nouvelles personnes intéressées. Chaque membre est automatiquement abonné au Magazine Kunchab (le numéro 1 de 2007 inclus). Nous serions très reconnaissants que tous ceux qui font usage des activités présentées par nos centres, s'engagent à verser une contribution minimale de 25 € par année civile.

Une chance unique vous est offerte ici! Vous deviendrez membre des quatre instituts:

1. Institut Yeunten Ling à Huy
2. Institut Tibétain de Schoten
3. Institut Nalanda de Bruxelles
4. Institut Naropa à Cadzand, Pays-Bas

Cette cotisation de membre peut être payée au centre de votre choix.

Votre soutien financier est indispensable à la production de ce magazine et au fonctionnement permanent de l'institut.
N'oubliez pas de mentionner clairement votre choix.

Tous les membres profitent de certains avantages :

L'abonnement à Kunchab Magazine
Une réduction sur les conférences en soirée à Nalanda.

Nous faisons en outre la distinction entre :

Le membre adhérent : € 25.
Vous jouissez d'une réduction de 5% sur vos achats.
Le membre actif : € 150 par an ou € 12,50 par mois.
Vous jouissez d'une réduction de 10% sur vos séjours, cours et achats.
Le membre bienfaiteur : € 300 par an ou € 25 par mois.
Vous jouissez d'une réduction de 20% sur vos séjours, cours et achats.

Si vous souhaitez à l'avenir verser automatiquement votre cotisation pour chaque année civile, nous vous proposons de remplir le formulaire suivant. Le montant de la cotisation ou de l'abonnement sera alors déduit chaque année, ou par mensualités, de votre compte bancaire.

FORMULAIRE D'INSCRIPTION COTISATION DE MEMBRE

Nom & Prénom ....m / f

Adresse.. N°. ....

Code postal.. Ville ....

Numéro de téléphone ....

Adresse E-mail...

Numéro de compte bancaire ....

Je souhaite m'inscrire comme
- ❏ membre adhérent : € 25
- ❏ membre actif : € 150
- ❏ membre bienfaiteur : € 300

Paiement
- ❏ par mois
- ❏ par an

Mode de paiement
- ❏ par formulaire de virement
- ❏ paiement au comptant à l'Institut ....

❏ un *ordre permanent* : vous devez prendre personnellement contact avec votre institution bancaire et donner un ordre de paiement au nom de l'Institut Yeunten Ling, 4 promenade St Jean l'Agneau, 4500 Huy, numéro de compte 240-0291015-19 comportant la mention : cotisation membre

❏ un *ordre de domiciliation* : vous accordez à l'Institut Yeunten Ling de Huy le pouvoir de transmettre directement à votre organisme bancaire l'ordre de virement.

Dans ce cas, vous devez envoyer ce formulaire d'inscription dûment signé à l'Institut Yeunten Ling, 4 promenade St Jean l'Agneau, 4500 Huy.

Paiement de l'étranger : IBAN : BE39 2400 2910 1519 – BIC : GEBABEBB (frais partagés)

Fait à..., le....................................

Signature :

Uniquement en cas de domiciliation

Vous renvoyez ce formulaire à l'Institut Yeunten Ling asbl,
4 promenade St. Jean l'Agneau, 4500 Huy, par la poste ou par fax 0032 85 27 11 99

ITINÉRAIRES

L'Institut Yeunten Ling à Huy

- En voiture : De Bruxelles, il faut compter une heure. Autoroute Bruxelles Namur. Bifurcation vers Liège avant Namur. Prendre la première sortie 8 vers Huy-Héron. Suivre la direction « Huy ». Vous longez la Meuse jusqu'à la ville. Dans Huy, au première rond-point, prendre à droite direction Hamoir, en laissant le pont Roi Baudouin sur la gauche.
- Au rond-point suivant, prendre à gauche, direction Hamoir, et suivre cette route pendant 700 mètres.
- Dépasser une station service Shell, sur la droite de la route et prendre à gauche la rue des Golettes,. 500 m plus loin, vous trouverez un panneau blanc portant l'indication « Institut tibétain », vers la droite. Prendre ensuite la deuxième rue sur la gauche; vous vous trouvez à l'entrée d'une allée de marronniers dénommée « promenade St. Jean l'Agneau ». Suivez cette allée qui débouche sur l'entrée de l'institut. Vous êtes arrivés!
- Par train : Prendre la direction Bruxelles-Namur-Liège et descendre à la gare de Huy. Vous pouvez prendre soit un le bus soit un taxi. Demandez dans ce dernier cas au chauffeur le prix spécial pour l'institut tibétain.
  Prendre le bus 97 jusqu'à la rue des Golettes et ensuite compter encore 15' de marche.

L'Institut Nalanda à Bruxelles

- Par le métro : Descendre à la station Mérode, longer le parc du Cinquantenaire sur la droite, prendre l'avenue de la Chevalerie. Prendre ensuite la deuxième rue à droite dans cette avenue, la rue de l'Orme.
- En train : Descendre gare centrale, puis se rendre en métro direction Hermann Debroux ou Stockel, descendre à la station Mérode.
- En voiture, venant du sud du pays : se rendre square Montgomery, prendre l'avenue de Tervuren direction Centre ville; attention: ne pas s'engager dans le tunnel. Au bout de cette avenue, tourner à droite et longer le parc du Cinquantenaire, prendre l'avenue de la Chevalerie. La deuxième rue à droite dans cette avenue est la rue de l'Orme.
- En voiture, venant du nord du pays : prendre la sortie Ring juste après Zaventem. Dans l'avenue de Cortenbergh, prendre à gauche au niveau du Parc du Cinquantenaire, puis troisième à gauche (av. de la Chevalerie) puis deuxième à droite (rue de l'Orme).
- Parking : En cas de forte affluence, on peut toujours garer sa voiture le long du parc du Cinquantenaire.

L'Institut Karma Sonam Gyamtso Ling à Schoten

- Depuis Anvers, Hasselt ou Bruxelles, s'engager sur le ring (direction Breda) et prendre la sortie Deurne (Sportpaleis) et tourner tout de suite à droite. Suivre la Bisschoppenhoflaan sur une distance de 2/3 km. Au croisement où il y a un Quick-Drive-in du côté droit, tourner à gauche, en passant sur le Hoogmolenbrug. Continuer la route jusqu'au carrefour en T. Prendre à gauche et puis tout de suite à droite, dans la rue Leo Van Hullebuschstraat. Tourner à gauche au panneau « sens interdit ». Ensuite la première à droite, la première à gauche, la première à droite: vous êtes dans la Kruispadstraat! Se garer dans le parking « 't Ven » car le stationnement est interdit dans la Kruispadstraat.
- Depuis Breda, prendre la sortie St Job in 't Goor sur la E19. Puis, direction Schoten Noord-Centrum. Après 6 km, prendre à gauche au troisième feu tricolore, en suivant l'indication Schoten Centrum-Noord et ensuite au troisième feu tricolore tourner sur la gauche, de biais, vous êtes dans la Kruispadstraat.
- En bus: A Anvers , vous pouvez prendre le bus 610 ou 620, 621 sur le quai 10 et 11 de la Rooseveltplein. Demander l'arrêt proche de la Kruispadstraat.

Itinéraire d'accès à l'Institut NAROPA à Cadzand (Pays-Bas)

- Depuis Bruxelles : emprunter l'autoroute E 40 en direction de la côte. Prendre la sortie n°11 (Aalter), suivre la N44 jusqu'à Maldegem, de la prendre la N49 en direction de Knokke. A hauteur de Westkapelle, prendre à droite en direction de Sluis (N376). Après environ 1 km, tourner vers la gauche, direction Retranchement-Cadzand. Après 1.9 km, près du rond-point, continuer vers le retranchement (2.5km). Traverser Retranchement, passer devant le moulin et suivre la route vers Cadzand. Après 2.5 km, au «T» près de Cadzand, tourner à droite et continuer vers le moulin, à gauche en suivant sur 300 m la Ringdijk Noord. La première route à gauche est la Vierhonderdpolderdijk qui après 150 m vire sur la droite. Après 1.9 km, à la fin de cette route, se trouve l'Institut Naropa, à votre gauche.
- Depuis Anvers : suivre la voie express E 34/N 49 vers Knokke. A hauteur de Westkapelle prendre à droite et se reporter au premier itinéraire pour la suite.
- Depuis Courtrai : prendre l'autoroute A17 vers Bruges, et après avoir croisé la E40 se reporter au premier itinéraire ci-dessus.

Par les transports en commun :

- Depuis la gare de Bruges : Ligne de bus n° 2 direction Breskens, demander l'arrêt Potjes à Cadzand. En hiver, changer à Oostburg, arrêt 'hôpital'. 1er départ le matin à 09h54 et dernier départ le soir à 18h54.
- Depuis l'arrêt 'Potjes', marcher sur 500 m vers la Vierhonderdpolderdijk. Demandez éventuellement au chauffeur du bus de vous indiquer le chemin.

DERNIÈRES NOUVELLES

1. N'oubliez pas de noter le changement de date pour l'inauguration du temple qui aura lieu le lundi 29 mai et non pas le mardi 30 mai à Huy.

2. Pratiques préliminaires au mois de juillet
Comme chaque année nous donnons aux personnes qui veulent faire les pratiques préliminaires à l'occasion de pratiquer de manière intensive et ceci en présence d'un Lama.

Comme le Karling Shidro a été déplacé et le programme du mois de juillet étant déjà rempli nous proposons une période de sept jours, du 10 au 16 juillet à tous les pratiquants.

Le Lama Zeupa accompagnera les pratiquants et donnera un enseignement le lundi 10 à 10h30. L'on se concentrera avant tout sur les pratiques des prosternations et de Dordjé Sempa.

Participation aux frais: 29 € par jour pour trois repas et une nuit.
On laisse l'offrande au lama à l'initiative des pratiquants.

3. Nous prévoyons pour le 17 et le 18 juin un week-end spécial de méditation intensive sous la direction de Lama Tashi Nyima. Le premier jour serait une journée de silence avec une session de méditation à 10h30 et à 15h. Le deuxième jour, le Lama donnera un enseignement le matin et nous accompagnera comme le jour précédent lors de la session de méditation. Toute personne qui souhaite passer un week-end dans une ambiance de recueillement concentré est la bienvenue.

Participation pour le stage et séjour compris: 59 €

4. Traleg Rinpoché participera à la troisième Université du Bouddhisme à Bruxelles qui aura lieu le 7 et le 8 octobre.
Rinpoché donne un stage à Huy le lundi 9 et le mardi 10 octobre et le week-end du 14 et du 15 octobre. Le mercredi, jeudi et vendredi, Rinpoché enseignera respectivement à Bruxelles, à Schoten et à Amsterdam.

Rinpoché donnera des exercices aux stagiaires qui veulent rester à Huy entre le 10 et le 14 octobre.

Participation: 29 € par jour, trois repas et nuit inclus.

Attention! Les dates et les programmes mentionnés ici ne sont pas repris dans le calendrier page 20-21.

KUNCHAB MAGAZINE

Kwartaalblad over boeddhisme
Revue trimestrielle sur le bouddhisme



Programma mei-december 2006
Programme mai-décembre 2006

N° 2/2006

INHOUD

INLEIDING

Indien u deelneemt aan een van de activiteiten ontvangt u deze Kunchab tijdens het bezoek van de Dalai Lama. In dat geval zult u merken dat we uitzonderlijk een tweetalige brochure hebben gemaakt. Dit houdt verband met een praktisch gegeven: er moest namelijk een oplossing gevonden worden om het werk zoveel mogelijk te vereenvoudigen en maar één boekje aan de ingang van Tour & Taxis en van het Sportpaleis te moeten uitdelen. Het feit dat u deze keer geen teksten of algemene artikels vindt in het Magazine houdt met dezelfde reden verband.

In Kunchab Magazine 3/2006 daarentegen leest u een artikel over karma door Lama Tashi Nyima, een artikel van Traleg Rinpochee over Chögyam Trungpa en het tweede deel van "De tuin die door de kat wandelt". Er zal natuurlijk ook een verslag gemaakt worden van het bezoek van de Dalai Lama. Deze keer beperken we ons dus tot de programma's in de verschillende centra. Er zijn een aantal belangrijke elementen in dit verband te vermelden:

- U hebt waarschijnlijk gemerkt dat de **jaarlijkse rituelen voor Karling Shidro** verplaatst zijn (en wel twee keer) en nu zullen doorgaan op **7, 8 en 9 juli**. Dit gebeurt in aanwezigheid van vele lama's uit de ons omringende landen en het wordt het eerste grote ritueel in de nieuwe tempel. Iedereen wordt dus ook aangeraden hieraan deel te nemen.

- Onze Lama's wensen vooral in Huy de **programma's rond meditatie wat meer te structureren.** Er zal een onderscheid gemaakt worden tussen echte kennismaking met de meditatie en een voortgang en begeleiding in de praktijk. Dat is goed nieuws voor iedereen die op een systematische wijze zijn praktijk wil gaan opbouwen.

- Er werd ook een Europese Academie voor Innerlijke Krijgskunsten (EAIK) opgericht. De data van de eerste bijeenkomsten leest u in het programma van Yeunten Ling. Op de missie van dit initiatief wordt in Kunchab 3 teruggekomen.

- Verder werd de datum reeds vastgelegd voor de start van een nieuwe originele sponsoractiviteit voor de tempel: er zijn artiesten die belangwekkende kunstwerken hebben aangeboden. Deze artefacten zullen tijdens het weekend van 28 en 29 oktober verkocht worden ten voordele van de nieuwe tempel. Er wordt een mooie lijst opgemaakt met beschrijving die tijdens de zomer op de website zal gepubliceerd worden, samen met een afbeelding en de prijs van de kunstwerken. Bij deze danken wij van harte al de kunstenaars voor hun edelmoedigheid.

Wij wensen u een prettige lectuur van dit Kunchabnummer dat zich als een programmabrochure aandient en hopen u te mogen begroeten op een van onze activiteiten.

YEUNTEN LING – HUY

Even voorstellen

1. Historiek

Toen in de jaren ’70 van vorige eeuw in Antwerpen het Tibetaans Instituut gesticht werd, was het al vlug duidelijk dat er nood was aan meerdaagse cursussen, stages en meditatiesessies. Een zoektocht naar een geschikte plaats daarvoor leidde naar Huy. In 1983 werd het gebouw, een kasteel met omliggend terrein van 13 ha, aangekocht.

De ingerichte cursussen kenden al vlug een groot succes: niet alleen bij Franstalige Belgen, maar ook veel Nederlandstaligen en buitenlanders volgen de diverse cursussen en stages. Sedertdien gaat het steeds in stijgende lijn, zowel wat het aantal cursisten, als wat de frequentie van de cursussen en stages betreft. Tien jaar later werd een nieuwe tempel met nieuwe verblijfsmogelijkheden gebouwd achter de tempel.

De stad Huy heeft het instituut opgenomen in zijn toeristisch aanbod, en zelf verzorgt het instituut Yeunten Ling ook elke zondag om 14.30 uur geleide bezoeken in het Frans en het Nederlands voor mensen die het instituut willen leren kennen.

In 1987 organiseerde het Instituut een eerste pelgrimstocht naar India, Nepal en Sikkim. Later volgden nog diverse reizen, ook naar Tibet.

In de loop van de jaren mochten wij de allerbelangrijkste Tibetaanse leraren ontvangen en hun onderrichten genieten. Zijne Heiligheid de Dalai Lama verbleef hier telkens ter gelegenheid van zijn opeenvolgende bezoeken aan België (1990, 1994, 1999, 2006).

Het instituut groeit nog steeds. Daaruit ontstond de nood om weer bij te bouwen: zo is momenteel een nieuwe tempel in constructie. Op 29 mei 2006 werd deze nieuwe tempel, waarin plaats zal zijn voor zo’n 700 personen, door de Dalai Lama ingewijd.

2. Activiteiten

Drie lama’s, Tibetaanse leraren, geven les in het instituut: Lama Karta, Lama Zeupa en Lama Tashi Nyima. Zij behoren tot de Kagyuschool, een van de vier scholen van het Tibetaans boeddhisme. Ze verblijven in het kasteel. Hun onderrichtingen zijn gebaseerd op de basisteksten van het boeddhisme en worden door boeddhisten en niet-boeddhisten van alle strekkingen gevolgd. De lama’s staan in voor het onderricht en de begeleiding van de verschillende cursussen en rituelen. Ze geven ook onderricht in de overige centra (Schoten, Brussel en Cadzand/Nederland), evenals in een aantal plaatsen waar mensen een samenwerkingsverband hebben opgezet met het instituut: Kortrijk, Gaume, Amsterdam. De lama’s worden regelmatig gevraagd door culturele verenigingen en scholen uit binnen- en buitenland om voordrachten te geven over boeddhistische onderwerpen. Verder bezoeken ze gedetineerden in gevangenissen. Dit laatste blijkt een positieve invloed te hebben. Lama Karta geeft regelmatig (vaak in kerken) concerten van mystieke gezangen. Behalve de lama’s verblijft een Tibetaanse monnik, Tenba Rubgay, in het instituut. Hij heeft het decoreren van de tempels en stoepa’s op de typisch Tibetaanse wijze op zich genomen.

In september richten we jaarlijks het “Feest van het boeddhisme” in. Alle boeddhistische tradities in België houden in de voormiddag een ritueel uit hun traditie. De aanwezigen kunnen ’s middags kennismaken met oosterse culinaire genoegens en er is ook een cultureel programma met optredens van kunstenaars (muziek, zang, dans, demonstraties) uit allerlei tradities. Tijdens dit feest van het boeddhisme mogen we telkens meer dan 1500 bezoekers verwelkomen.

Het Instituut Yeunten Ling ontvangt elk jaar ongeveer tienduizend personen en wordt beschouwd als een van de belangrijkste dharmacentra van Europa.

Het ziet ernaar uit dat met de nieuwe infrastructuur een volledig nieuw departement van seminars voor professionals uit de economische, sociale en culturele sector gaat worden uitgebouwd.

Programma

JUNI 2006

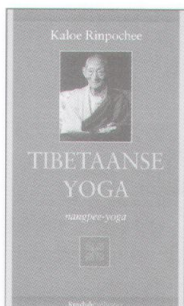
■ ***Zondag 11 juni Vollemaansritueel, 20 uur***

Het gaat hier over een offerritueel. We reciteren hierbij samen de poedja van Milarepa.

Iedereen is welkom. U mag ook vrienden meebrengen. U kan bijdragen tot het feest door voedsel (taart, koekjes, fruit, snoepjes,…) en/of drank (frisdrank, wijn) mee te brengen en die vooraf op de schalen te plaatsen die daarvoor ter beschikking staan. Bloemen worden ook erg gewaardeerd. Na de meditatie van Milarepa genieten we samen van de meegebrachte voedingswaren.

JULI 2006

■ ***Zaterdag 1 en zondag 2 juli Tibetaanse yoga met Lama Zeupa***



Er worden twee yogasessies per dag gehouden.
Voor hen die reeds een yogaweekend hebben gevolgd, is dit een uitstekende gelegenheid om verder te oefenen, maar ook beginners zijn welkom.
Het boekje van Kaloe Rinpochee, "Tibetaanse yoga", een uitgave van Kunchab Publicaties, wordt als cursusboek gebruikt. Het is verkrijgbaar in de verschillende centra. Er gaat grote kracht en zegeningen uit van de oefeningen die Kaloe Rinpochee heeft gekozen.
Iedereen is welkom, ook debutanten.
Voorzie u van gemakkelijke kledij.
Men dient vooraf te reserveren.
De betaling van € 59 geldt als voorschot en inschrijving.
Het aantal deelnemers is beperkt.

Bijdrage: € 59 (alles inbegrepen)

■ ***Vrijdag 7 tot zondag 9 juli Karling Shidro Rituelen voor de overledenen met Lama's afkomstig uit verschillende Europese landen***

Volgens de wens van onze geliefde meester, de eerwaarde Kaloe Rinpochee, organiseert het retraitecentrum Yeunten Ling gedurende drie dagen het bardoritueel, in aanwezigheid van meerdere lama's die in Europa wonen. Dit ritueel stelt ons in staat in contact te treden met de mandala van de toornige en de vredevolle godheden, en ons voor te bereiden op de overgang naar het bardo, de tussenperiode die optreedt na het ogenblik van sterven tot de overledene een nieuw leven begint. De Lama's voeren gedurende drie dagen deze rituelen uit. Vooral het gebruik van alle traditionele muziekinstrumenten maakt deze dagen tot een uitzonderlijke belevenis.





Door aan deze poedja's deel te nemen worden wij geholpen tijdens het bardo.
De driedaagse wordt afgesloten met een groot offerritueel.

Het eerste grote evenement in de nieuwe tempel! Dit is uiteraard een heel bijzonder historisch moment in de geschiedenis van het centrum. Iedereen is welkom.

Het ritueel geldt tevens als een voorspoedig voorteken voor een diepzinnig leven van het instituut en voor vele vruchtbare initiatieven.

Deelnemen aan slechts een of twee dagen is ook mogelijk.
Iedereen is welkom

Bijdrage: € 97 (alles inbegrepen)
Bijdrage, enkel voor de rituelen: € 10 per dag

■ ***Maandag 10 juli Vollemaansritueel, 20 uur***

(Zie 11 juni)

■ ***Maandag 17 (vanaf 15u) tot woensdag 19 juli Tara-retraite, Lama Tashi Nyima***

Boeddha Shakyamoeni heeft over deze bodhisattvi met veel lof gesproken tijdens tantrische onderrichtingen. Tara is de vrouwelijke manifestatie van de geest van alle boeddha's. Ze wordt verbonden met oorspronkelijke wijs-32 heid en mededogen. Letterlijk betekent Tara 'bevrijdster'. Zij vertegenwoordigt de kracht die bevrijdt van angsten en gevaren. Haar verschillende aspecten worden beschreven in de lofzangen die deel uitmaken van de Tara-beoefening die we vaak 's

morgens reciteren.
Zij heeft de verschijningsvorm van een mooi, sierlijk, jong meisje van de groene kleur met een glimlachend aangezicht. Naast 'Bevrijdster' wordt ze ook wel 'moeder van alle verlichte wezens' of 'zij die helpt oversteken naar de andere oever' genoemd.
De monniken raadden haar aan te bidden opdat ze een mannelijk lichaam zou kunnen verwerven en zo de verlichting bereiken, maar zij antwoordde: "Hier is geen man, geen vrouw, geen zelf, geen persoon. Het etiket 'mannelijk' en 'vrouwelijk' heeft geen essentie, maar brengt simpele geesten in verwarring".
Ze deed de volgende wens: "Talrijk zijn zij die de verlichting in een mannenlichaam willen bereiken, niemand wenst in een vrouwelijk lichaam voor het welzijn van de levende wezens te handelen. Daarom zal ik tot samsara geledigd is, mij inzetten voor alle levende wezens in het lichaam van een vrouw".

■ ***Maandag 17 juli geeft Lama Tashi Nyima om 15 uur de initiatie van de Groene Tara.***



Deze initiatie vormt een sterke aansporing. De initiaties zijn vooral bedoeld voor hen die met beoefening bezig zijn. In elk geval is het zo dat men minstens toevlucht moet hebben genomen om deel te nemen. Zo worden voor het doorgeven van de zegeningen de beste voorwaarden geschapen.

Nadien doen we samen de retraite op dinsdag en woensdag. Er zal gelegenheid zijn tot het stellen van vragen om deze meditatie goed te leren uitvoeren. Deze meditatie is eveneens heilzaam voor het instituut als zodanig.

Bijdrage: € 86 (alles inbegrepen vanaf maandag 15u). Wanneer men enkel voor de initiatie komt is de bijdrage € 10.

■ ***Donderdag 20 tot zondag 23 juli De vier edele waarheden, onderricht en geleide meditatiepraktijk, Lama Karta***
Theorie en praktijk van het boeddhisme voor beginners en gevorderden

Hoe kun je nu beter het boeddhisme leren kennen dan op deze wijze!
De vier edele waarheden vormen de kern van Boeddha's onderrichtingen. Ze kunnen tevens op verschillende niveaus worden uiteen gezet.
Alle kernbegrippen van het boeddhisme komen er in voor: zoals geweldloosheid, karma, interrelatie, leegte en verlichting.
dag 1: het lijden
Waarom spreekt Boeddha zo dikwijls over lijden?
Waarom eerst over dit onderwerp en pas later over leegte?
dag 2: het ontstaan van het lijden
Wat is de rol van karma en storende emoties? Waarom lijdt de mensheid voortdurend?
dag 3: het ophouden van het lijden
Is het wel mogelijk het lijden te doen ophouden? Wat betekent nirwana?
dag 4: het pad
Waaruit bestaat de raad die Boeddha geeft?
Welke methoden stelt de Boeddha voor en welke resultaten mag je verwachten?



Lama zal niet alleen de theorie uitleggen maar ook begeleide meditatie-oefeningen voorstellen die kunnen helpen bij de beoefening. Ook de Dalai Lama legt zeer sterk de nadruk op de kennis van deze vier waarheden, maar al evenzeer op het integreren van wat Boeddha hierover onderwees in een meditatiepraktijk en in het dagelijks leven.
Een basiscursus over fundamentele aspecten i.v.m. Boeddha's onderrichtingen gekoppeld aan een meditatiepraktijk.

Bijdrage: € 135 (alles inbegrepen)

■ ***Woensdag 26 (vanaf 15 u) tot zondag 30 juli Mahakala-retraite, Lama Zeupa***

Mahakala is de toornige manifestatie van Tchenrezig, de bodhisattva uit wie de liefde en het mededogen van alle boeddha's emaneert. Hij vertegenwoordigt eveneens de energie die alle obstakels doet verdwijnen welke zich tijdens onze spirituele vooruitgang voordoen en helpt de angsten te overwinnen.
De zwarte Mahakala is "een beschermer die snel tussenbeide komt en alle wensen vervult".
Op woensdag 26 juli geeft Lama Zeupa om 15 uur de Mahakala initiatie.
Deze initiatie vormt een sterke aansporing. De initiaties

zijn vooral bedoeld voor hen die met beoefening bezig zijn. In elk geval is het zo dat men minstens toevlucht moet hebben genomen om deel te nemen. Zo worden voor het doorgeven van de zegeningen de beste voorwaarden geschapen.
Nadien doen we gedurende vier dagen samen een retraite. Er zal gelegenheid zijn tot het stellen van vragen om deze meditatie goed te leren uitvoeren. Evenals de Tararetraite is ook deze meditatie heilzaam voor het instituut.
Iedereen is welkom.

Bijdrage: € 162
(alles inbegrepen, vanaf woensdagnamiddag)
Wanneer men enkel voor de initiatie komt is de bijdrage € 10.

AUGUSTUS 2006

■ ***Woensdag 2 tot zondag 6 augustus Zomerretraite met de venerabele Lama Sherab Gyaltsen Rinpochee***



Het instituut Yeunten Ling beschouwt het bezoek van Lama Sherab Gyaltsen Rinpochee als een grote zegening. De ceremonie van de inwijding van de bouwgrond voor de tempel werd vorig jaar geleid door Lama Sherab Gyaltsen Rinpochee. De resultaten van die indrukwekkende ceremonies zijn nu duidelijk op het terrein zichtbaar geworden: de nieuwe tempel komt!

Lama Sherab Gyaltsen Rinpochee ontving zijn monnikswijding van de zestiende Karmapa en heeft alle niveaus doorlopen tot het allerhoogste van dorje lopeun in het klooster van Rumtek (Sikkim).
Rinpochee is zeer bekend in Nepal en wordt gewaardeerd door duizenden dharmabeoefenaars. In zijn klooster worden grote bijeenkomsten georganiseerd die gewijd zijn aan de beoefening van de dharma, waaraan steeds drie- à vierduizend personen deelnemen.
Lama Sherab Gyaltsen Rinpochee wordt niet alleen gewaardeerd door de Tibetaanse gemeenschap, maar ook door vele beoefenaars van andere nationaliteiten die aan deze beoefeningen hebben deelgenomen.

Shinee is een vaardige methode om de geest tot rust te brengen en in een staat van mentale stabiliteit te verkeren. Deze beoefening brengt ons tot een tweede fase in de meditatie, ook lhagtong of helder inzicht genoemd. Shinee verleent soepelheid aan de geest en elimineert mentale en fysieke starheid. Lhagtong wordt in een tweede fase bereikt wanneer de concentratie, als resultaat van shinee, door de ontwikkeling van het heldere inzicht, tot het herkennen van de natuur van de geest en tot de bevrijding van elke vorm van lijden leidt. Lama Cherab Gyaltsen Rinpochee zal ook onderricht geven over de ultieme realisatie van de meditatie.

Elke voormiddag is er onderricht. In de namiddag en 's avonds volgen meditatiesessies onder leiding van een gerealiseerde leraar.
Alle personen die wensen deel te nemen aan een intensieve retraite en een geleidelijk pad in de meditatie willen volgen, zijn welkom.

Bijdrage: € 183 (alles inbegrepen) of € 12 per dag voor het onderricht alleen

■ ***Maandag 7 tot vrijdag 11 augustus Zomercursus Tibetaanse schilderkunst Tharphen***

Tharphen is de zoon van Gega Lama. Hij is zowat tien jaar bij zijn vader in de leer geweest. Deze laatste, één van de belangrijkste meesterschilders die uit Tibet is gekomen, heeft veel bijgedragen aan de ontwikkeling van ons instituut.
Stapsgewijze inwijding in de kunst en de techniek van het tekenen en schilderen:
de techniek van het tekenen en het gebruik van kleur;
de geschiedenis en de kenmerken van de Karma Gardri-stijl;
correctie van het werk van de cursisten.
De gevorderden zullen begeleiding en advies krijgen om te werken met kleur.
Tharphen zal elke cursist inividueel begeleiden.
Benodigdheden: papier, passer, lat, potlood, houtskool.

Bijdrage: € 173 voor vijf dagen, alles inbegrepen, of
€ 105 voor de cursus met middagmaal, of
€ 50 enkel voor de cursus

■ ***Woensdag 9 augustus Vollemaansritueel, 20 uur***

■ ***Zaterdag 12 tot maandag 14 augustus Drie lama's, drie filosofen***

De drie voorvaders die meestal vermeld worden in de Kagyu-overdracht zijn Naropa, Marpa en Milarepa. Ze leefden allen in de elfde eeuw van onze tijdrekening. Elk van onze lama's zal een van deze eminente figuren voorstellen en enkele van hun frappante uitspraken

becommentariëren. Een uitstekende gelegenheid om onze lama's aan het woord te horen en deze historische figuren uit de geschiedenis van het boeddhisme van nabij te leren kennen.

■ ***Zaterdag 12 augustus, Naropa, Lama Zeupa***



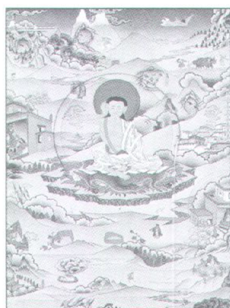
Naropa was een leerling van Tilopa en zelf leraar van Marpa. Hij was de zoon van een koning uit Bengalen en al vroeg een veelbelovend geleerde. Hij werd monnik en later abt van Nalanda, een van de grote boeddhistische universiteiten van India. Na acht jaar liet hij het academische leven achter zich en werd een bedelende yogi, op zoek naar zijn ware leraar. Na veel moeilijkheden ontmoette hij Tilopa, van wie hij de hogere tantra's en mahamoedra leerde.

■ ***Zondag 13 augustus, Marpa, Lama Karta***



Marpa de Vertaler was een leerling van Naropa. Hij was een Tibetaanse leek die moeizame tochten naar India maakte om boeddhistische teksten te vinden. Hij bracht de zes yoga's van Naropa (zie: De essentie van het boeddhisme, Traleg Kyabgon, hoofdstuk 15) naar Tibet. Marpa ontving de mahamoedra-transmissie van zowel Naropa als Maitripa, en bereikte de hoogste realisatie. Zijn belangrijkste leerling was Milarepa.

■ ***Maandag 14 augustus, Milarepa,***
Lama Tashi Nyima



Milarepa is de beroemdste Tibetaanse yogi. Hij was een leek en werd vereerd als iemand die in één leven de volledige verlichting bereikte. Hij is de stichter van de Kagyuschool. Door omstandigheden hield hij zich in zijn jeugd bezig met zwarte magie, maar hij kwam tot inkeer. Hij werd naar Marpa toegezonden, maar die wilde hem aanvankelijk geen onderricht geven. Hij onderwierp Milarepa integendeel aan zware beproevingen om diens karma te zuiveren. Uiteindelijk kreeg Milarepa toch het onderricht. Daarna trok hij zich terug in de bergen, waar hij een uiterst sober leven leidde. Milarepa is beroemd om zijn mystieke gezangen, lang na zijn dood verzameld als "De honderdduizend gezangen van Milarepa". Onder zijn bekendste leerlingen tellen we Retchungpa en vooral Gampopa.
Er worden elke dag twee onderrichtsessies voorzien: om 10.30 uur en om 14.30 uur.

Bijdrage: € 97 (alles inbegrepen)

■ ***Vrijdag 18 tot zondag 20 augustus Manjushri, Lama Zeupa***

"Melodieuze Stem" is de naam die gegeven wordt aan een van de belangrijkste bodhisattva's. Hij is het principe zelf van de wijsheid van alle boeddha's in het vajrayana-boeddhisme. Men geeft hem ook nog andere namen zoals 'de Jeugdige'.
Hij verpersoonlijkt kennis, zowel van de absolute als van de relatieve waarheid. Daarom wordt hij ook speciaal vereerd door diegenen die zich wijden aan de studie. Hij wordt gekenmerkt door twee attributen: het dubbelsnijdende zwaard en de heilige tekst. Het vlammende zwaard is het wapen van kennis dat de sluiers van onwetendheid doorklieft en de duisternis oplost. De heilige tekst komt uit de Prajnaparamita, het werk dat het onderricht van de Boeddha omtrent de ultieme daad van de dingen bevat.

Vrijdagvoormiddag geeft lama uitleg over Manjushri.
Dezelfde dag om 15 uur geeft Lama Zeupa dan de initiatie van Manjushri.
Daarna volgen twee dagen van praktijk.

Bijdrage: € 97 (alles inbegrepen), € 10 voor wie enkel de initiatie meemaakt

■ ***Maandag 28 tot donderdag 31 augustus Vier tantra's met de drie lama's***
Inleiding in het Tibetaans boeddhisme

De oorsprongsgeschriften van het vajrayana-boeddhisme.



De teksten worden toegeschreven aan de Boeddha Shakyamoeni in verschillende manifestaties en elk ervan beschrijft gewoonlijk de mandala en praktijk die betrekking heeft

op een bepaald verlicht wezen. Het woord tantra betekent letterlijk “draad” of “continuïteit”.
In het vajrayana erkent men over het algemeen vier klassen tantra: Kriyatantra, Caryatantra, Yogatantra vormen daarbij de uiterlijke of lagere tantra’s; Anuttarayogatantra is de innerlijke of hogere tantra.
Deze cursus vormt een uitstekende gelegenheid om dag na dag elk van de vier tantra’s te leren kennen. Op die manier zal het ook duidelijk worden waar het Tibetaans boeddhisme voor staat.

Bijdrage: € 135 (alles inbegrepen)

SEPTEMBER 2006

■ ***Donderdag 7 september Vollemaansritueel, 20 uur***

■ ***Zondag 10 september Feest van het boeddhisme***

Tien jaar geleden werd dit feest voor het eerst georganiseerd. Sindsdien kent het een stijgend succes: het wordt bijgewoond door honderden nieuwsgierigen en bezoekers. Deze ontmoetings- en informatiedag heeft plaats onder de auspiciën van de Boeddhistische Unie van België (B.U.B.).
Ook deze keer wordt het een bijzonder feest met in de voormiddag rituelen uit de verschillende boeddhistische tradities, een kennismaking met meditatie uit diezelfde tradities en in de namiddag is er een boeddhistisch cultureel programma. Als de maag begint te knorren kan je genieten van allerlei oosterse lekkernijen.
Mis deze gezellige en interessante dag niet!
Het instituut is dan eveneens toegankelijk voor iedereen die zich wil informeren of een eerste contact zoekt. Alle boeddhistische tradities zijn aanwezig met een infostand.
U kan er best een leuke familiedag van maken! Iedereen is welkom!
Een vrijwillige bijdrage om de kosten te dekken is welkom. We stellen € 2 per persoon voor.

■ ***Zaterdag 16 en zondag 17 september Kungfu en Tai Chi***

In de lente van dit jaar werd de Europese Academie voor innerlijke krijgskunsten (ERACIK) opgericht.. De bedoeling is een brug te leggen tussen het boeddhisme en krijgskunsten en oefeningen te ontwikkelen die deze synthese goed illustreren.

We komen in ons volgende Kunchab-nummer terug op dit initiatief dat loopt onder de leiding van Nello Mauro, die telkens uit Sicilië zal komen en van Josée Magnée.
De spirituele begeleiding gebeurt door Lama Zeupa.
Iedereen is welkom op deze initiatie-dag ook wie al een zekere praktijk heeft.
Met deze groep evolueren we in 2007 naar het tweede jaar in de academie.

Bijdrage: 59 €

■ ***Zaterdag 23 en zondag 24 september Shinee 1, Lama Karta***

Onze lama’s wensen vooral in Huy de programma’s rond meditatie wat meer te structureren. Er zal een onderscheid gemaakt worden tussen echte kennismaking met de meditatie en een voortgang en begeleiding in de praktijk. Dat is goed nieuws voor iedereen die op een systematische wijze zijn praktijk wil gaan opbouwen.
Wat wij Shinee 1 noemen is bedoeld voor de mensen die voor de eerste keer contact hebben of willen te weten komen hoe je kunt mediteren. Natuurlijk blijven alle mensen die reeds vroeger een shineeweekend hebben gevolgd ook hier welkom. We zullen ten slotte nog altijd meditatiesessies hebben samen met de lama en dat kan nooit te dikwijls gebeuren.
Wat we Shinee 2 noemen, is een programma dat zich richt tot mensen die al minstens één keer een shineeweekend hebben gevolgd. Maar ook daar blijft iedereen welkom. Het ligt wel in de bedoeling van onze lama’s om volgend jaar een basistekst van een van de vorige Chamar Rinpochees te gebruiken om stap voor stap de hele weg door te maken tot aan de Verlichting. Er bestaat immers een Tibetaanse tekst van diens hand die zij hiervoor willen gebruiken. Voor al wie wil leren mediteren of de praktijk van de meditatie wil onderhouden kan dit van belang zijn.

Er worden tijdens dit weekend twee meditatiesessies en één onderricht per dag voorzien. De beoefening is bedoeld om de persoonlijke ervaring te verdiepen en vooruit te komen op de weg van de meditatie. Tot oefenen overgaan in plaats van te praten kan geen kwaad.
Het instituut Yeunten Ling is verheugd op die manier iedereen aan te zetten tot het ontwikkelen van een intensieve meditatiepraktijk. Tenslotte vertegenwoordigt dit nu juist de koninklijke weg naar de bevrijding waarover de Boeddha het heeft. Samen met Lama Karta mediteren biedt kostbare momenten die tot een spirituele beleving inspireren.

Bijdrage: € 59 (alles inbegrepen)

OKTOBER 2006

■ *Zaterdag 7 oktober Vollemaansritueel*

■ *Maandag 9 en dinsdag 10 oktober*
Zaterdag 14 en zondag 15 oktober
Meditatie en emoties, Traleg Kyabgon Rinpochee

Veel mensen begrijpen meditatie verkeerd. Ze stellen zich voor dat het een methode is die helpt om moeilijke emoties te vermijden. Ze geloven dat op een of andere manier ze zullen vrede zullen ontdekken, die volledig vrij is van de turbulente wereld van ons verwarde en emotionele leven. In de boeddhistische meditatietraditie proberen we de natuur van de emoties, zowel positieve als destructieve, te begrijpen. Ontdekken hoe dit inzicht op intelligente en mededogende wijze te verbinden met onze emoties is een van de essentiële punten van de boeddhistische praktijk. Rinpochee zal in detail de praktijk van de boeddhistische meditatie beschrijven. Hij zal tevens leren hoe we ons deze praktijk kunnen eigen maken en uiteindelijk onze relatie met het menselijk leven kunnen transformeren.

Bijdrage: € 63 per tweedaagse

■ ***Zaterdag 21 en zondag 22 oktober Tibetaanse yoga, Lama Zeupa***

Dit weekend richt zich tot allen die Tibetaanse yoga wensen te beoefenen. Er worden twee yogasessies per dag gehouden.
Voor hen die reeds een yogaweekend hebben gevolgd, is dit een uitstekende gelegenheid om verder te oefenen, maar ook beginners zijn welkom.
Het boekje "Tibetaanse yoga", een uitgave van Kunchab Publicaties, wordt als cursusboek gebruikt. Het is verkrijgbaar in de verschillende centra.
Er gaan grote kracht en zegeningen uit van de oefeningen die Kaloe Rinpochee heeft gekozen. Het is dan ook evident dat een weekend als dit een bijzondere gebeurtenis kan worden en ons in elk geval in de gelegenheid stelt op een indringende manier met de oefeningen en meditaties om te gaan. Voorzie u van gemakkelijke kledij.
Men dient vooraf te reserveren.
De betaling van € 59 geldt als voorschot.
Het aantal deelnemers is beperkt.

Bijdrage: € 59 (alles inbegrepen)

■ ***Zaterdag 28 en zondag 29 oktober Tentoonstelling en verkoop van kunstvoorwerpen ten voordele van de tempel***

■ ***Zaterdag 28 oktober Onderricht over Dewatchen, Lama Karta***
Zondag 29 oktober tot woensdag 1 november Amitabha-retraite met het reciteren van de mantra, samen met de drie lama's

Dewatchen
Lama zal een onderricht geven over wat genoemd wordt "het paradijs van de gelukzaligheid". Hoe kom je daar? Waar is dit paradijs gelegen? Wie ontmoet je daar? Wat zijn de voordelen van dit paradijs? Bestaat het echt of is het eerder een verhaal om iets duidelijk te maken? Waaruit bestaat de praktijk van Dewatchen? Is het nuttig deze tekst te reciteren?
Het onderricht wordt gegeven op basis van al deze vragen. Op die manier komen we te weten wat we tijdens ons leven reeds kunnen doen om de overgang van het sterven zo vlot mogelijk te laten verlopen.
De retraite die volgt op deze dag van onderricht biedt de mogelijkheid alles meteen aan de praktijk te toetsen.

Om ons op de dood voor te bereiden is het nuttig een band te ontwikkelen met Boeddha Amitabha, de Boeddha van het eindeloze licht. Dit kan onder meer door het reciteren van zijn mantra. Tijdens deze vijf dagen kunnen we tevens alle personen die gestorven zijn herdenken. Iedereen is welkom om deel te nemen aan deze intensieve oefensessies, die afgesloten worden met een feestelijke tsok-poedja, een offeringsritueel op woensdagnamiddag om 14u.
Deze praktijk staat ook in het teken van de herdenking van het overlijden van Lama Ogyen, de eerste Lama die onze centra heeft geleid. Men kan tegelijkertijd wensen uitspreken opdat alle projecten die het centrum heeft voorspoedig zullen verlopen.
Iedereen is welkom. U kan zich ook voor één of enkele dagen inschrijven.

Op zondag 29 oktober geeft Lama Karta de Amitabha-initiatie om 15 uur.

Bijdrage: € 173 alles inbegrepen of € 10 per dag (enkel de cursus)

NOVEMBER 2006

■ ***Zaterdag 4 en zondag 5 november Kungfu en Tai Chi***

Bijdrage: € 59

■ ***Zondag 5 november Vollemaansritueel***

■ ***Zaterdag 11 en zondag 12 november De geest tot rust brengen en leren concentreren (shinee 2), Lama Tashi Nyima***

Meditatie is een oefening die het hele wezen aangaat, lichaam en geest. Het doel is de beoefenaar te transformeren en de gelegenheid te bieden te ontdekken wat men wel en wat men niet is en zich zo te bevrijden van allerlei illusies en vormen van ongenoegen in het dagelijks leven. Uit de brede waaier van technieken worden twee eenvoudige vormen van meditatie voorgesteld, omwille van hun culturele neutraliteit en de gemakkelijke aanpak.
De oefeningen zijn uiterst geschikt voor westerse tijdgenoten die op zoek zijn naar innerlijke rust, welke ook hun overtuiging of religie moge zijn:
concentratie op de ademhaling leidt tot sereniteit en tot een ontspannen geest
praktijk van het gewaar zijn, een bewuste aanwezigheid bij het lichaam en bij de geest kan leiden tot indringend inzicht, luciditeit in het bewustzijn en bevrijdt de geest van negatieve tendensen.
Lama zal uitleg geven over het hoe en waarom van oefeningen in concentratie, in het tot rust brengen van de geest en het ontwikkelen van helder inzicht.
10.30 uur: Onderricht
15 uuur: Meditatieoefeningen

Bijdrage: € 59 (alles inbegrepen)

■ ***Zaterdag 25 november Toevlucht nemen, Lama Zeupa***

Toevlucht betekent 'bescherming' zoeken, een formele toetreding tot het boeddhisme.
Je neemt toevlucht in de 'Drie Juwelen': de Boeddha (de uiteindelijke staat), de dharma (de weg om die staat te bereiken), en de sangha (de gemeenschap).
In deze wereld vindt men echte bescherming tegen het lijden in de 'Drie Juwelen'.
Wat zijn hun kwaliteiten? Waarom toevlucht nemen? Is het echt nodig om boeddhist te worden? Welke zijn de voordelen? Hoe komt men ertoe? Welke engagementen neemt men op zich?
Een goede gelegenheid om informatie in te winnen over al deze vragen.
Onderricht om 10.30 uur en 14.30 uur

Bijdrage: € 21 (cursus en middagmaal)

DECEMBER 2006

■ ***Zaterdag 2 en zondag 3 december Kungfu en Tai Chi***

Bijdrage: € 59

■ ***Maandag 4 december Vollemaansritueel***

■ ***Zaterdag 16 en zondag 17 december Lodjong, training van de geest, Lama Zeupa***

Het boeddhisme leert op een eenvoudige wijze hoe je alle omstandigheden van het leven kunt gebruiken als een middel om inzicht en een hogere vorm van vrijheid te verwerven. De beoefening van lodjong brengt de mediterende ertoe de 'geest van verlichting' te ontwikkelen: het altruïsme gesteund op liefde en mededogen voor alle levende wezens. Wanneer we dit leren, kunnen we een openheid van geest creëren die ons ertoe brengt alle omstandigheden van het dagelijks leven als meditatiebasis voor de innerlijke transformatie te gebruiken. Een mooie gelegenheid voor wie wil ontdekken hoe het boeddhisme in het gezin en op het werk kan worden geïntegreerd. Deze training is een eeuwenoude en sterke oefening en bevat vele vaardige raadgevingen, ook voor mensen uit onze cultuur!

Bijdrage: € 59 (cursus, verblijf en maaltijden inbegrepen)

■ ***Nyoeng Nee van maandagavond 18 tot zaterdagochtend 30 december***

Onderricht en uitleg op maandag 18 december om 20 uur
Nyoeng Nee is een praktijk van vasten, stilte en meditatie. Op het einde van elk jaar bieden wij de gelegenheid om deze zuiveringsoefening te doen. De beoefenaars van de vorige jaren hebben steeds bevestigd dat ook één enkele sessie van twee dagen weldadige gevolgen heeft en een diepe en intensieve retraite-ervaring biedt.
Deze vastenpraktijk is verbonden met het aspect van Tchenrezig, de liefde en het mededogen van de boeddha's. We houden ons aan de geloften van ethisch gedrag die de eerste dag worden afgelegd: de geloften

van sodjong. We eten niet meer na het middagmaal en vermijden overbodig gepraat. De tweede dag leggen we dezelfde geloften af en verbinden ons er bovendien toe niet te eten, te drinken of te spreken tot 's anderendaags bij zonsopgang.
De deelnemers worden verzocht de avond voor het begin van de beoefening toe te komen omdat we vroeg in de ochtend beginnen. Het is eveneens belangrijk dat iedereen blijft tot de ochtend van de derde dag, omstreeks 9 uur.
Dinsdag 19 en woensdag 20 december: Nyoeng Nee 1
Donderdag 21 en vrijdag 22 december: Nyoeng Nee 2
Dinsdag 26 en woensdag 27 december: Nyoeng Nee 3
Donderdag 28 en vrijdag 29 december: Nyoeng Nee 4

Bijdrage: € 59 per Nyoeng Nee, € 110 voor twee en € 220 voor vier Nyoeng Nees.

■ *Zondagavond 24 en maandag 25 december Kerstfeest*

Voor boeddhisten is Jezus een inspirerende figuur. Daarom is het kerstfeest ook in de ogen van boeddhisten een zinvol gebeuren dat zeker herdacht en gevierd kan en moet worden.
Gezellige en feestelijke kerstdag!
Het programma ziet er als volgt uit:
Zondag 24 december
18.00 u. Mahakala-ritueel
19.00 u. feestmaaltijd

Maandag 25 december
10.00 u. Lama zal iedereen toespreken in de tempel
12.00 u. feestmaaltijd.

Iedereen die graag net deze periode in het instituut wil doorbrengen of die zich alleen voelt, is welkom.
Er wordt een bijdrage van € 25 gevraagd voor de twee feestmaaltijden, overnachting, ontbijt en voordracht.
Gelieve ieder ook één cadeautje mee te brengen voor een waarde van ongeveer vijf euro. Deze pakjes worden zaterdagavond onder de deelnemers verdeeld.
We zijn ervan overtuigd dat deze intieme en gezellige samenkomst eenieder de gelegenheid biedt om elkaar nog beter te leren kennen.

Bijdrage: € 25 (alles inbegrepen)

TIBETAANS INSTITUUT IN SCHOTEN



Even voorstellen

1. Beknopte geschiedenis

Het Tibetaanse Instituut werd in 1976 opgericht in Antwerpen. De eerste directeur van de vzw was Lama Ogyen. De organisatoren zijn vanaf het begin gevoelig geweest voor de noden zowel van de samenleving in het algemeen, als van de organisaties en de individuen die met hen contact hadden genomen. Zo was Karma Sonam Gyamtso Ling (de Tibetaanse naam van het centrum) waarschijnlijk het eerste centrum in Europa dat een dagprogramma 'Inleiding tot het boeddhisme' voor leerkrachten organiseerde. Deze cursus werd gevolgd door bijna vijftienhonderd leerkrachten uit alle netten en alle niveaus en afkomstig uit het hele land. Een rechtstreeks gevolg van dit dagprogramma was dat onze uitgeverij, Kunchab Publicaties, een boek uitgaf met dezelfde titel, geschreven door de directeur van ons centrum, Lama Karta. Dit boek werd in vier talen uitgegeven en kende verschillende herdrukken.

In 1983 volgde de erkenning van het Instituut door het Ministerie van de Vlaamse Gemeenschap, dienst Volksontwikkeling.

Mede door ons toedoen werd in 1987 een album van Suske en Wiske uitgegeven in vier talen, waaronder het Tibetaans. Dit album, 'De parel in de lotusbloem' is een merkwaardige mengeling van fictie en realiteit, want niet alleen Lama Ogyen treedt erin op, maar zelfs de Dalai Lama.

In 1992 verhuisde het centrum naar Schoten, omdat de ruimte in Antwerpen te klein was geworden. We bouwden er een stoepa (1994) en een nieuwe tempel (1998) in Tibetaanse stijl. Zowel boeddhisten als niet-boeddhisten nemen regelmatig deel aan de activiteiten. Aan ons centrum zijn de drie Tibetaanse lama's verbonden die in Huy resideren (zie aldaar). Behalve in de centra verbonden met ons instituut geven zij ook regelmatig voordrachten in heel België, in Nederland, Duitsland en Frankrijk.

2. Activiteiten

Het Tibetaans Instituut richt af en toe dagprogramma's in, waaraan eminente sprekers van verschillende tradities meewerken. Enkele keren per jaar komen belangrijke Tibetaanse leraren, rinpochees genaamd, of specialisten uit het buitenland hier onderricht geven.

We organiseerden colloquia in samenwerking met diverse universiteiten (VUB, KUL, UIA) rond thema's als 'Boeddhisme en humanisme', 'Boeddhisme in België en in de Westerse wereld', 'Boeddhisme en Islam en de positie van de vrouw'. Samen met ons instituut Nalanda in Brussel hebben we een tweedaagse universiteit van het boeddhisme georganiseerd met achtereenvolgens als onderwerp: 'Wie ben ik? – Westerse en Oosterse antwoorden' (2004) en 'Boeddhisme en individuele of maatschappelijke omwentelingen in onze tijd' (2005). Voor dit jaar is het onderwerp: 'Wat is het leven?", waarbij de boeddhistische en wetenschappelijke visie op het leven met elkaar vergeleken worden.

De verantwoordelijken van het instituut hechten groot

belang aan kwaliteitszorg, humane communicatie en niet-autoritair management. Aldus worden de onderrichtingen en raadgevingen van de Boeddha verbonden met nieuwe technieken. Zo heeft zich een dharma ontwikkeld die tegelijk aangepast is aan een moderne pedagogie en aan de noden van de hedendaagse mens, maar die toch gekoppeld blijft aan de traditionele waarden, de rijkdom en de zegeningen die voortvloeien uit een ononderbroken traditie.

3. De uitgeverij Kunchab Publicaties

In 1987 stichtte het Instituut de uitgeverij Kunchab Publicaties. De eerste boeken werden uitgegeven vanaf 1988. Inmiddels is de uitgeverij niet alleen in België bekend, maar ook in Nederland, Frankrijk, Zwitserland en zelfs Canada. Ze geeft regelmatig boeken uit in verband met boeddhisme, voornamelijk in het Nederlands en het Frans. Momenteel zijn een kleine vijftig titels beschikbaar. Behalve boeken geven we ook cd's, video's en dvd's uit.

Naast deze uitgaven, publiceren we viermaal per jaar het tijdschrift Kunchab Magazine met daarin algemene en specifieke artikels over boeddhisme en met het programma van onze vier instituten. Dit tijdschrift wordt uitgegeven in het Nederlands en het Frans. De diverse programma's zijn eveneens te vinden op onze website: www.tibetaans-instituut.org.

4. Werking van het Tibetaans Instituut

Meestal op donderdag, maar soms ook op andere dagen is er om 20 uur een voordracht, een cursus, een beoefening of meditatie, al dan niet geleid door een lama. Af en toe is er op zaterdag of zondag een dagprogramma rond een zeker thema. Enkele keren per jaar organiseren we op zondagnamiddag een geleid bezoek voor alle belangstellenden.

Sinds 2005 groeide er uit de vraag van een aantal belangstellende leden een leesgroep. Deze groep mensen wilde dieper ingaan op de dharma. Vooraf lezen de deelnemers een hoofdstuk uit een boek over boeddhisme. Daarna gaan ze dat samen bespreken.

Deze lees- en discussiegroep komt één keer per maand samen.

Het instituut in Schoten heeft een uitgebreide bibliotheek met meer dan 1400 boeken en tientallen tijdschriften. We bezitten boeken en tijdschriften in verschillende talen. Leerkrachten en voordrachtgevers die documentatie zoeken, studenten die een eindwerk of scriptie maken over het boeddhisme of over Tibet, en alle geïnteresseerden kunnen hier altijd terecht tijdens de kantooruren. Leden van het Tibetaans Instituut mogen boeken, video's of cd's ontlenen tegen een kleine vergoeding.

Wij verheugen ons in een steeds stijgende belangstelling van scholen (zowel lager, secundair als hoger onderwijs), culturele organisaties en allerlei andere verenigingen. Zij bezoeken het instituut voor rondleidingen (waarbij de betekenis en de symboliek van de stoepa en de tempel uitvoerig wordt uitgelegd) en/of voor voordrachten over een onderwerp in verband met boeddhisme. Wij geven overigens op aanvraag ook voordrachten voor geïnteresseerde groepen in heel Vlaanderen en zelfs in het buitenland. Die voordrachten worden niet enkel door de lama's maar ook door enkele medewerkers gegeven.

5. De missie van het instituut

Het instituut is een culturele beweging die zich ten dienste stelt van iedereen, ongeacht de sociale status of de levensbeschouwelijke strekking. Iedereen is hier ten allen tijde welkom.

De specifieke benadering, inzichten en methodes van het boeddhisme worden gebruikt om een dialoog tot stand te brengen tussen mensen, culturen en zo bij te dragen tot een harmonische samenleving van verdraagzame en bewuste burgers met verantwoordelijkheidszin en een altruïstische instelling. Toch willen we benadrukken dat we niet aan bekeringswerk doen; we laten iedereen vrij en we eerbiedigen de religieuze of levensbeschouwelijke overtuiging van alle bezoekers.

Met deze missie voor ogen ontwikkelt het Tibetaans Instituut een landelijke werking op het vlak van sensibilisatie, maatschappelijke actie en educatie vanuit boeddhistische inzichten, en vanuit de boeddhistische filosofie en wetenschap.

De opdrachten van het Tibetaans Instituut worden behartigd door een kleine kern van professionele en een brede kring van vrijwillige medewerkers.

Programma

JUNI 2006

■ ***Donderdag 8 juni Meditatie van Tchenrezig, 20 uur***

Elke donderdag mediteren wij over het mededogen. Regelmatig gebeurt dit samen met een lama. Een wekelijks rendez-vous om mededogen voor alle levende wezens te leren ontwikkelen en de resultaten van deze beoefening als een gewoonte voor het dagelijks leven aan te nemen. Deze meditaties zijn gratis.

■ ***Maandag 12 juni Poedja, 20 uur***
Dinsdag 13 juni Geleide meditatie, 20 uur

Sedert vorig jaar biedt het Tibetaans Instituut dit programma aan. Een keer per maand komt er een lama ons begeleiden, de eerste dag voor een ritueel, de tweede voor een meditatie. Afwisselend zullen we verschillende poedja's (Boeddha Menla, Mahakala, Tara, …) en meditatieve oefeningen doen.
Iedereen is welkom. Lama zal kort de beoefening inleiden en situeren. Wie regelmatig komt zal verscheidene rituelen onder de knie krijgen, vele meditatieve oefeningen aanleren en bijkomende momenten van meditatieve praktijk in groep kunnen meemaken.
Het vraagt het centrum een grote inspanning om dit georganiseerd te krijgen. We hopen dan ook dat zoveel mogelijk mensen hiervan gebruik zullen maken. Een financiële bijdrage staat vrij maar wordt zeer op prijs gesteld.

■ ***Donderdag 15 juni Onderricht "Boeddhisme en sociaal engagement", 20 uur***

Vaak wordt door niet-boeddhisten gedacht: 'Boeddhisten proberen de verlichting te bereiken en zijn daarom intens bezig met mediteren en met hun praktijk. Boeddhisten zijn weinig sociaal geïnteresseerd.' Is dat wel zo?
Wanneer wij via het mededogen onze blik richten op de anderen, treden we wel uit het egoïstische kringetje dat we soms rond onszelf trekken. Sociaal engagement is dan niet ver weg. Lama zal de boeddhistische visie over het sociaal bezig-zijn verder uitdiepen.

■ ***Donderdag 22 juni Meditatie van Tchenrezig, 20 uur***

■ ***Zondag 25 juni Dagprogramma "De vier edele waarheden", Lama Karta, 10.30 uur***

Tijdens de eerste cyclus van onderrichtingen sprak de Boeddha over de vier edele waarheden. Deze vormen de kern van de hele boeddhistische filosofie. Wat is lijden? Welke zijn de oorzaken ervan en hoe kunnen we aan dat lijden ontsnappen? Wat zijn storende emoties en wat is hun rol? Wat is de wet van karma?
Lama Karta zal ons dat allemaal helder uiteenzetten en daarbij een reeks van goede en praktische raadgevingen meegeven voor het dagelijks leven.

Bijdrage: € 25 (onderricht en middagmaal inbegrepen)

■ ***Donderdag 29 juni Onderricht "Uitleg over de meditatie van Tchenrezig", 20 uur***

Mededogen is een typisch boeddhistisch begrip. Het begrip kent vier gradaties: maitri, de liefde van een moeder voor haar eniggeboren kind, karuna, het verlangen om ter hulp te komen aan alle levende wezens die lijden, mudita, het verlangen om zonder enige jaloersheid deel te nemen aan het geluk van de anderen, en upekka, de totale gelijkmoedigheid van degene die noch vrienden, noch vijanden meer heeft. Tchenrezig is de grote bodhisattva van het universele mededogen. Elke week doen wij zijn meditatiepraktijk. Lama zal op gedetailleerde wijze de betekenis en het verloop van deze praktijk toelichten.

AUGUSTUS 2006

■ ***Donderdag 17 augustus Meditatie van Tchenrezig, 20 uur***

■ ***Donderdag 24 augustus Onderricht "De hartsoetra: een warm hart en helder inzicht", 20 uur***

Dit is de kortste maar populairste van de prajnaparamitasoetra's. De prajnaparamita is een naam voor een verzameling teksten over het begrip leegte. Prajna betekent de opperste kennis, d.w.z. de kennis die leidt naar de verlichting leidt. Prajna is de kennis van de leegte van een individueel zelf en van de leegte der fenomenen. De hartsoetra vormt het hart van al deze teksten. Hij wordt zeer dikwijls in de kloosters en in boeddhistische centra geriteerd..

■ ***Donderdag 31 augustus Meditatie van Tchenrezig, 20 uur***

SEPTEMBER 2006

■ ***Donderdag 7 september Vollemaansritueel, 20 uur***

Een van de lama's zal het ritueel leiden. We reciteren hierbij de poedja van Milarepa. Nadien volgt een tsok, waarbij alle voedsel en drank verdeeld worden onder de aanwezigen. Dat voedsel (fruit, koekjes, snoep, …) en die drank (frisdrank, wijn, …) worden door de aanwezigen zelf meegebracht en vooraf in de daarvoor bestemde schalen gelegd. Ook bloemen zijn welkom.

■ ***Maandag 11 september Poedja, 20 uur***

■ ***Dinsdag 12 september Geleide meditatie, 20 uur***

■ ***Donderdag 14 september Onderricht "Het edele achtvoudige pad", 20 uur***

■ ***Zaterdag 16 september Dagprogramma "Leren mediteren", Lama Tashi Nyima, 10.30 uur***

Een uitstekende gelegenheid voor al wie wil leren mediteren.
In de ochtend legt Lama uit waarom je zou mediteren en hoe je dat dan doet.
In de namiddag doen we samen enkele oefeningen om uit de ervaring te kijken waarover het gaat.

Iedereen is welkom.
Bijdrage: 25 € (onderricht en maaltijd inbegrepen)

■ ***Donderdag 21 september Meditatie van Tchenrezig, 20 uur***

■ ***Donderdag 28 september Onderricht "Uitleg over de poedja van de Boeddha Menla", 20 uur***

De meditatie van de Boeddha van de geneeskunde 'Sangyee Menla' en het recitern van zijn mantra brengen een dynamiek op gang voor de genezing van zichzelf en van anderen. Deze beoefening kan ziekten voorkomen. Lama legt uit waarom de Boeddha als een geneesheer kan worden beschouwd en zijn woorden als medicijnen. We leren hoe de meditatie verloopt en wat de betekenis ervan is.

■ ***Vrijdag 29 september Leesgroep, 20 uur***

Vandaag starten we met een nieuw boek en een nieuwe werkwijze. Het boek is "Het kostbare juweel van de Bevrijding" van Gampopa. Iedereen die geïnteresseerd is, is uiteraard welkom. We lezen ter voorbereiding een bepaald hoofdstuk. Tijdens de bijeenkomst bespreken we samen dit hoofdstuk gedurende drie kwartier. We kunnen daarbij ook vragen stellen aan de lama als die aanwezig is. Daarna volgt een half uurtje meditatie over de gelezen tekst onder leiding van de lama.

OKTOBER 2006

■ ***Zaterdag 1 oktober Geleid bezoek Kennismaking met het instituut, 15 uur***

Het bezoek bestaat uit vier luikjes. Eerst wordt in een korte historische schets uitgelegd hoe het boeddhisme zich in het Westen verspreidde, en speciaal hoe het Tibetaans boeddhisme zich ontwikkelde in België. Daarna worden de stoepa en de tempel beschreven en de symbolische betekenis ervan uitgelegd. Uiteraard bezoeken we de tempel ook binnenin. We eindigen met een toelichting over de werking van het Tibetaans Instituut. Het geleid bezoek begint om 15 uur. Wij verzoeken de geïnteresseerden een kwartier vóór de rondleiding aanwezig te zijn.

Bijdrage: € 3 (koffie/thee en koekjes inbegrepen)

■ ***Maandag 2 oktober Poedja, 20 uur***

■ ***Dinsdag 3 oktober Geleide meditatie, 20 uur***

■ ***Donderdag 5 oktober Onderricht "De zes paramita's: Vrijgevigheid", 20 uur***

■ ***Donderdag 12 oktober Onderricht "De boeddhistische levensfilosofie", Traleg Kyabgon Rinpochee, 20 uur***

Hoe kunnen we wijsheid en mededogen integreren in ons dagelijks leven? Rinpochee zal ons op eenvoudige en duidelijke manier uitleg geven over dit onderwerp. Het onderricht gebeurt in het Engels, maar er is vertaling naar het Nederlands voorzien.

■ ***Donderdag 19 oktober Onderricht "De zes paramita's: Ethisch gedrag", 20 uur***

■ ***Vrijdag 20 oktober Leesgroep, 20 uur***

■ ***Donderdag 26 oktober Meditatie van Tchenrezig, 20 uur***

NOVEMBER 2006

■ ***Maandag 6 november Poedja, 20 uur***

■ ***Dinsdag 7 november Geleide meditatie, 20 uur***

■ ***Donderdag 9 november Onderricht "De zes paramita's: Geduld - Verdraagzaamheid", 20 uur***

■ ***Donderdag 16 november Meditatie van Tchenrezig, 20 uur***

■ ***Zondag 19 november Dagprogramma "De Boeddha, de dharma en de sangha", Lama Zeupa, 10.30 uur***

Vandaag gaat het over de zogenaamde "drie juwelen".
Wie was precies die historische figuur die wij de Boeddha, de Ontwaakte of Verlichte, noemen?
Wat houden zijn belangrijkste woorden en raadgevingen in? Wat is hun betekenis in onze westerse wereld?
En hoe komen mensen ertoe die woorden in de praktijk toe te passen in hun leven?
Dit alles zal Lama Zeupa in zijn heldere, analytische stijl aan ons duidelijk maken.
Iedereen is van harte welkom.

Bijdrage: 25 € (onderricht en maaltijd inbegrepen)

■ ***Donderdag 23 november Onderricht "De zes paramita's: Doorzettingsvermogen", 20 uur***

■ ***Vrijdag 24 november Leesgroep, 20 uur***

■ ***Donderdag 30 november Meditatie van Tchenrezig, 20 uur***

DECEMBER 2006

■ ***Maandag 4 december Vollemaansritueel, 20 uur***

■ ***Dinsdag 5 december Geleide meditatie, 20 uur***

■ ***Donderdag 7 december Onderricht "De zes paramita's: Concentratie", 20 uur***

■ ***Donderdag 14 december Onderricht "De zes paramita's: Wijsheid", 20 uur***

■ ***Vrijdag 15 december Leesgroep, 20 uur***

■ ***Donderdag 21 december Meditatie van Tchenrezig, 20 uur***

NAROPA-INSTITUUT IN CADZAND

Even voorstellen

Het Naropa Instituut is verbonden met het Tibetaans Instituut in Schoten, België.
Het heeft als doel de boeddhistische leer, zoals die in de Tibetaanse Kaguytraditie is overgedragen kenbaar te maken aan alle geïnteresseerden door cursussen, meditatiesessies en praktijkoefeningen. Deze cursussen, meditatiesessies en praktijkoefeningen worden geleid door de drie lama's die verbonden zijn aan het Tibetaans Instituut, of door gelegenheidssprekers.
De officiële opening vond plaats op zondag 10 april 2005. Ter gelegenheid hiervan was een talrijk publiek opgekomen, zelfs lama's vanuit Noorwegen en Duitsland, verscheidene burgerlijke overheden en leden van verschillende boeddhistische verenigingen uit België en Nederland.
Er was hard gewerkt door vele vrijwillige handen om het terrein van 35 000 m² met daarop tien gebouwen klaar te maken. Na de feestelijke opening begon de dagelijkse werking stilaan gezicht te krijgen. Onder de vaardige handen van monnik Tenba Rubgay is de tempel tot een Tibetaans juweel uitgegroeid.
Stilaan begint het Naropa Instituut bekendheid te krijgen, niet alleen in Nederland, maar ook in België. Het aantal bezoekers groeit. Regelmatig ontvangen we culturele groeperingen die een geleid bezoek wensen. Vaak komen leden van andere boeddhistische tradities, zoals zen, hier een aantal dagen mediteren in de rust van de polders, ver van alle wereldse lawaai. Niet voor niets noemde Lama Karta dit centrum bij de inhuldiging een 'Oase van Vrede en Rust'.
Het centrum is op goede weg....

Lidmaatschap: Hoe wordt u lid van het Naropa Instituut?

Het lidmaatschap is noodzakelijk om deel te nemen aan de activiteiten. Het bedraagt 25 euro per kalenderjaar en omvat tevens een abonnement op het Kunchab Magazine (tot en met nummer 1 van 2007).
Leden van het Naropa Instituut zijn tevens lid van de gehele mandala, met name de drie Instituten in België.
Voor leden zijn alle bijdragen fiscaal aftrekbaar. Zie verder pagina 32.

Indien u in de toekomst automatisch uw bijdrage voor elk kalenderjaar wil storten, vragen wij u volgend formulier in te vullen. De betaling van het lidmaatschap zal bijgevolg ieder jaar of maandelijks aan uw bankrekening worden aangeboden.

INSCHRIJFFORMULIER LIDMAATSCHAP NEDERLAND

Naam & voornaam.. m / v

Adres..Nr. ....

Postcode... Plaats..

Telefoonnummer..

E-mailadres..

Bankrekeningnummer...

Ik wens mij in te schrijven als
- ❑ gewoon lid: € 25
- ❑ actief lid: € 150
- ❑ lid-weldoener: € 300

Ik betaal de bijdrage
- ❑ per maand
- ❑ per jaar

Ik doe de betalingen door middel van:

- ❑ *acceptgiro*, met vermelding van uw keuze van lidmaatschap
- ❑ een *contante* betaling, in het Instituut ....
- ❑ een *doorlopende opdracht*: u neemt zelf contact op met uw bankinstelling en geeft een betalingsopdracht ten name van het Naropa Instituut, Vierhonderdpolderdijk 10, 4506 HL Cadzand, op rekeningnummer 97.25.37.161, onder vermelding van uw keuze van lidmaatschap.
- ❑ een *machtiging voor incasso*: u geeft het Naropa Instituut de toestemming om de doorlopende overboekingen rechtstreeks aan uw bank aan te bieden.
  Bij deze keuze dient u dit inschrijfformulier te kopiëren en ondertekend per post te versturen naar het Naropa Instituut, Vierhonderdpolderdijk 10, 4506 HL Cadzand.

Ik blijft gerechtigd deze doorlopende opdracht tussentijds stop te zetten.

Plaats:.. Datum:..

Handtekening: ....
alleen bij machtiging voor incasso

Deze bijdrage is *fiscaal aftrekbaar in Nederland.* U kunt dit formulier met internet, per post of fax versturen naar: Naropa Instituut, Vierhonderdpolderdijk 10, 4506 HL Cadzand in Nederland, fax 0117 45 48 15.

Programma

JUNI 2006

Van 10 tot 16 juni zal Lama Karta in het Naropa Instituut verblijven.

Wie graag een persoonlijk onderhoud met Lama heeft, kan op afspraak tijdens deze periode terecht.

Gedurende het verblijf van Lama Karta is er elke avond Tchenrezig-meditatie om 20 uur. Iedereen is welkom.

■ ***Zaterdag 10 en zondag 11 juni Mahamoedra-meditatie, Lama Karta***

Shinee is de vaardige methode om de geest tot rust te brengen, verleent soepelheid aan de geest en elimineert mentale en fysieke starheid. Deze beoefening brengt ons in een tweede fase van meditatie, lhagtong genaamd. Door de eenpuntige concentratie komt helder inzicht tot ontwikkeling en leidt ons naar diepere inzichten over de natuur van de geest. De mahamoedra-meditatie is het derde en hoogste niveau van realisatie.

Lama zal uitleggen hoe men de verschillende meditatiefasen doorloopt en welke methoden er bestaan binnen deze praktijk.

Bijdrage: € 59 (cursus, verblijf en maaltijden inbegrepen)



■ ***Zondag 11 juni Vollemaansritueel, 20 uur***

Een van de lama's zal het ritueel leiden. We reciteren hierbij de poedja van Milarepa. Nadien volgt een tsok, waarbij alle voedsel en drank verdeeld worden onder de aanwezigen. Dat voedsel (fruit, koekjes, snoep, …) en die drank (frisdrank, wijn, …) worden door de aanwezigen zelf meegebracht en vooraf in de daarvoor bestemde schalen gelegd. Ook bloemen zijn welkom.

JULI 2006

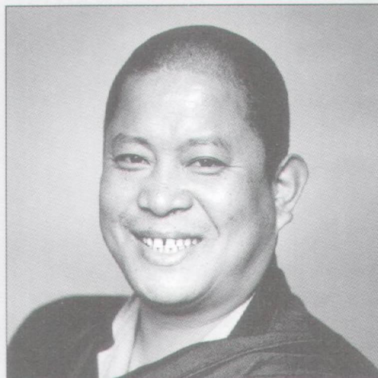
Van 10 tot 16 juli zal Lama Tashi Nyima in het Naropa Instituut verblijven.

Wie graag een persoonlijk onderhoud met Lama heeft, kan op afspraak tijdens deze periode terecht.

Gedurende het verblijf van Lama Tashi Nyima is er elke avond Tchenrezig-meditatie om 20 uur. Iedereen is welkom.

■ ***Maandag 10 juli Vollemaansritueel, 20 uur***

■ ***Donderdag 13 tot zondag 16 juli Vier gedachten, Lama Tashi Nyima***



Gedurende deze dagen zal Lama per dag zijn aandacht schenken aan een van de vier gedachten die de geest naar de dharma wenden. Deze zijn:

De kostbare menselijke geboorte met haar vrijheden en kansen;

Vergankelijkheid en de onvermijdelijkheid van de dood;

Het allesdoordringende lijden in samsara;

De onfeilbaarheid van karma.

Deze cursus is een ideale gelegenheid voor personen die interesse hebben opgevat om hun kennis en inzichten van het boeddhisme te verdiepen aan de hand van de uitleg die Lama zal geven over dit diepzinnige model.

Bijdrage: € 135 (alles inbegrepen)

■ ***Zaterdag 22 en zondag 23 juli Tibetaanse Yoga, Lama Zeupa***

Dit weekend richt zich tot allen die Tibetaanse yoga wensen te beoefenen. Er worden twee yogasessies per dag gehouden.

Voor hen die reeds een yogaweekend hebben gevolgd, is dit een uitstekende gelegenheid om verder te oefenen, maar ook beginners zijn welkom.

Het boekje "Tibetaanse yoga", een uitgave van Kunchab Publicaties, wordt als cursusboek gebruikt. Het is verkrijgbaar in de verschillende centra.
Er gaan grote kracht en zegeningen uit van de oefeningen die Kaloe Rinpochee heeft gekozen. Het is dan ook evident dat een weekend als dit een bijzondere gebeurtenis kan worden en ons in elk geval in de gelegenheid stelt op een indringende manier met de oefeningen en meditaties om te gaan. Voorzie u van gemakkelijke kledij.
Men dient vooraf te reserveren.
De betaling van € 59 geldt als voorschot.
Het aantal deelnemers is beperkt.

Bijdrage: € 59 (alles inbegrepen)

AUGUSTUS 2006

■ ***Zaterdag 5 en zondag 6 augustus Kracht van geduld, werken met emoties, Lama Karta***

In het boeddhisme wordt het belang van liefde en mededogen sterk benadrukt en gezien als de basis van iedere spirituele beoefening. Willen we de liefde en het mededogen die we in potentie allemaal in ons hebben ten volle ontwikkelen, dan is het essentieel om het tegenovergestelde – haat en agressie – de baas te worden.
Door de beoefening van geduld en tolerantie kunnen we de hindernissen van haat en agressie het hoofd bieden en ons streven naar vrede en liefde ruim baan geven.
De technieken die Lama zal uiteenzetten zijn niet alleen geschikt voor boeddhisten, maar voor iedereen die graag een beter mens wil worden.
Bijdrage: € 59 (cursus, verblijf en maaltijden inbegrepen)

■ ***Zaterdag 26 en zondag 27 augustus Manjushri, initiatie en praktijkweekend, Lama Zeupa***

Manjushri wordt gezien als de "vader van alle boeddha's" omdat hij de wijsheid van het juiste onderscheid vertegenwoordigt. Hij is het symbool van de wijsheid van alle verlichte wezens. Het ontwikkelen van die wijsheid voert uiteindelijk tot de staat van verlichting. Zijn meditatie bevordert het intellect, het begripsvermogen in het algemeen en vooruitgang op het vlak van de studies in het bijzonder.

Op zaterdag geeft Lama Zeupa om 15 uur de Manjushri-initiatie

Initiaties zijn vooral bedoeld voor hen die al toevlucht genomen hebben en met de praktijk(en) bezig zijn. Zo worden voor het doorgeven van de zegeningen de optimale voorwaarden geschapen.

Bijdrage : € 59 (verblijf en maaltijden inbegrepen)

OKTOBER 2006

■ ***Zaterdag 21 en zondag 22 oktober "Naropa", Lama Tashi Nyima***

Naropa was een leerling van Tilopa en zelf leraar van Marpa. Hij was de zoon van een koning uit Bengalen en al vroeg een veelbelovend geleerde. Hij werd monnik en later abt van Nalanda, een van de grootste boeddhistische universiteiten in India. Na acht jaar liet hij het academisch leven achter zich en werd een bedelende yogi, op zoek naar zijn ware leraar. Na veel moeilijkheden ontmoette hij Tilopa, van wie hij de hogere tantra's en mahamoedra leerde.

Lama zal het leven en de werken van deze vooraanstaande yogi van de boeddhistische traditie, naar wiens naam ons instituut werd genoemd., benaderen.

Bijdrage: € 59

DECEMBER 2006

■ ***Zaterdag 9 en zondag 10 december Shinee, Lama Zeupa***

Shinee is een vaardige methode om de geest tot rust te brengen en in een staat van mentale stabiliteit te verkeren. Deze dagen richten zich tot de beoefenaars die wensen te mediteren onder leiding van een Lama. De beoefening is bedoeld om de persoonlijke ervaring te verdiepen en om vooruit te komen op de weg van de meditatie. Er is ook gelegenheid om vragen te stellen.

Bijdrage: 59 € (alles inbegrepen)

BRUG DER WIJSHEID – KORTRIJK

Even voorstellen

Brug der Wijsheid is een culturele vereniging die mensen in de provincie de kans geeft om kennis te maken met het boeddhisme. Dit kan hen inspireren om de inzichten en middelen uit het boeddhisme in praktijk te brengen in hun dagelijks leven. Op deze manier wenst de vereniging ook bij te dragen aan de inspanningen die overal ter wereld worden gedaan om vrede, wederzijds begrip en enthousiast mededogen te bevorderen.

Daarom organiseert Brug der Wijsheid sinds mei 2002 regelmatig voordrachten en studiedagen met onderwerpen zoals het hoe en waarom van meditatie, mededogen en wijsheid, leren omgaan met storende emoties en lijden, de boeddhistische filosofie en psychologie…



Iedere activiteit kan gezien worden als een reeks eenvoudige raadgevingen die iedereen kunnen helpen, welke ook zijn of haar levensovertuiging is.

Brug der Wijsheid is een open vereniging, m.a.w. je hoeft geen lid te zijn om aan de activiteiten deel te nemen. Iedereen is welkom, zowel boeddhisten als niet-boeddhisten.

Geïnteresseerden uit de regio kunnen zich inschrijven via de website www.tibetaans-instituut.org/kortrijk om per mail op de hoogte te worden gehouden van de activiteiten en eventuele aanpassingen of wijzigingen. Tweemaandelijks krijgen zij dan een e-nieuwsbrief toegestuurd.

Ontstaan en werkingsgebied

Enkele boeddhisten uit Kortrijk volgden al geruime tijd cursussen en stages over boeddhisme in de instituten in Schoten en Huy. Regelmatig kregen zij ook vanuit de eigen regio vragen over het boeddhisme en zijn instituten in België. Voor vele geïnteresseerden bleek de afstand naar deze centra echter te groot. En zo ontstond de idee om in West-Vlaanderen, met name in de regio Kortrijk, cursussen te organiseren. Zodoende konden zij die zich minder makkelijk konden verplaatsen, ook geïntroduceerd worden in het boeddhisme en zich verdiepen in de studie en de praktijk ervan.

Om zijn doelstellingen te realiseren werkt Brug der Wijsheid nauw samen met het Tibetaans Instituut in Schoten, geleid door Lama Karta. In die zin kan je de vereniging omschrijven als een samenwerkingsverband met het Tibetaans Instituut.

In april 2002 werd een aanvraag ingediend om lid te worden van de culturele raad van Kortrijk. Dat werd toegestaan op 30 mei 2002. Zo zag Brug der Wijsheid het levenslicht als Kortrijkse culturele vereniging. Vanaf 2004 ontvangt de vereniging jaarlijks een subsidie van de stad Kortrijk.

Activiteiten

In de loop van de voorbije jaren organiseerde de vereniging verschillende voordrachten met de drie lama's die aan het Tibetaans Instituut verbonden zijn. Soms gaat het over een avondonderricht, maar er zijn ook studie- en/of meditatiedagen. We organiseerden tevens een concert met Lama Karta in de Sint-Maartenskerk waarbij 400 belangstellenden kwamen opdagen. Voor de toekomst plannen we meer dagactiviteiten, leesgroepen, discussiecolleges met andere tradities en meditatieavonden.

Programma

■ ***Zaterdag 17 juni Tibetaanse yoga met Lama Zeupa***

Tibetaanse yoga is een ideale combinatie van eenvoudige lichamelijke oefeningen en een geestelijke training. De yoga is naar binnen gericht en leidt uiteindelijk tot het begrijpen van de natuur van de geest. Het is een harmonisch geheel van dynamische oefeningen voor lichaam, spraak en geest. De oefeningen helpen bij het ervaren van ruimte en beweging en het ontwikkelen van mededogen, leegte en helderheid van de geest. Een goede gelegenheid om met deze lichamelijke en spirituele yoga kennis te maken.

Je hoeft niet speciaal een soepel lichaam te hebben om deel te nemen. Tibetaanse yoga is voor iedereen

toegankelijk : voor boeddhisten en niet-boeddhisten, voor beginners en gevorderden in andere vormen van yoga, voor jong en oud.

Het programma
09.30 uur: ontvangst met thee/koffie
10.00 uur: onderricht en praktijk, gevolgd door een vraag/antwoordsessie
12.30 uur: middagmaal (belegde broodjes met soep) en thee/koffie, pauze
14.00 uur: onderricht en praktijk, gevolgdvraag/antwoord sessie
17.00 uur: napraten met thee/koffie

Plaats : bezinningscentrum Ostiahove, Rollegemknokstraat 27, 8510 Kortrijk-Bellegem
Bijdrage: € 25 (alles inbegrepen)
Reserveer tijdig via het inschrijvingsformulier op onze website:
www.tibetaans-instituut.org/kortrijk of neem contact met ons op:
secretariaat Brug der Wijsheid, Hullekenstraat 5, 8510,Marke
tel/fax 056 204 124 – brug.der.wijsheid@skynet.be

■ ***Dinsdag 26 september Hoe en waarom leren werken met onze geest, een lezing met Lama Karta over meditatie***

Aangezien de eigen geesteshouding de fundamentele bron van vrede en geluk is, is het oefenen van de geest en inzicht verwerven in de werking van de geest uiterst belangrijk.
Via meditatie kunnen we onze geest tot rust brengen, leren we ons concentreren en oefenen we ons in aandacht. Dat helpt om de anders onzichtbare emotionele patronen die ten grondslag liggen aan ons lijden, te zien en te aanvaarden.
Meditatie is niet een manier om dingen te ontwijken; het is een kalme ontmoeting met de werkelijkheid. Een pad dat ons geleidelijk aan steeds meer bevrijdt uit de greep van wat in het boeddhisme 'storende emoties' wordt genoemd. Deze heftige emoties brengen ons in beroering en zorgen voor allerlei, verwarringen, illusies en conflicten. Onderzoek door middel van meditatie zorgt ervoor om hierin klaarheid te brengen. Zo maakt verdwazing plaats voor helderheid.

Plaats : Concertstudio Kortrijk
(Conservatoriumplein, 2) om 20.00 uur
De concertstudio biedt 250 comfortabele zitplaatsen en ligt vlakbij het station.
Iedereen is welkom – reserveren is niet nodig.
Bijdrage: 7 €
Na de lezing is er gelegenheid om vragen te stellen. Daarna kan men napraten in de bar op het gelijkvloers. Er is ook een boekenstand aanwezig met boeken over het boeddhisme.

■ ***Zaterdag, 14 oktober Een meditatiedag met Lama Karta***

Meditatie is een oefening die het hele wezen aangaat, lichaam en geest. Het doel is de beoefenaar te transformeren en de gelegenheid te bieden te ontdekken wat men wel en wat men niet is en zich zo te bevrijden van allerlei illusies en vormen van ongenoegen in het dagelijks leven. De oefeningen zijn uiterst geschikt voor westerlingen die op zoek zijn naar innerlijke rust, welke ook hun overtuiging of religie moge zijn.
Lama zal telkens kort uitleg geven over het hoe en waarom van oefeningen in concentratie, in het tot rust brengen van de geest en het ontwikkelen van helder inzicht. Uit de brede waaier van technieken worden dan twee eenvoudige vormen van meditatie voorgesteld en beoefend, omwille van de culturele neutraliteit en de gemakkelijke aanpak.
1. concentratie op de ademhaling leidt tot sereniteit en tot een onspannen geest
2. praktijk van gewaar zijn, een bewuste aanwezigheid bij het lichaam en bij de geest kan leiden tot indringend inzicht, luciditeit in het bewustzijn en bevrijdt de geest van negatieve tendensen.

Het programma
09.30 uur: ontvangst met thee/koffie
10.00 uur: onderricht en praktijk met nadien gelegenheid tot vragen stellen
12.30 uur: middagmaal (belegde broodjes met soep) en thee/koffie, pauze
14.00 uur: onderricht en praktijk met nadien gelegenheid tot vragen stellen
17.00 uur: napraten met thee/koffie

Plaats : bezinningscentrum Ostiahove, Rollegemknokstraat 27, 8510 Kortrijk-Bellegem
Bijdrage: € 25 (alles inbegrepen)
Reserveer tijdig via het inschrijvingsformulier op onze website:
www.tibetaans-instituut.org/kortrijk of neem contact met ons op:
secretariaat Brug der Wijsheid,
Hullekenstraat 5, 8510 Marke
tel/fax 056 204 124 – brug.der.wijsheid@skynet.be

STICHTING KAGYU RINTCHEN GYAMTSO LING – AMSTERDAM

Even voorstellen

De Stichting Kagyu Rintchen Gyamtso Ling in Baarn is een zusterorganisatie van het Tibetaans Instituut in Schoten, België. Onze Stichting werd in 1991 opgericht met als doel:
- het boeddhisme in haar traditionele vorm kenbaar te maken aan het Nederlandse en Europese publiek;
- het bewaren van de filosofie, de logica, de metafysica, de kunsten, de sacrale dansen en muziek, de ambachten, de geneeskunde en de astrologie van Tibet;
- de ontmoeting en integratie te stimuleren van traditionele Tibetaanse technieken met verschillende gedachtestromingen, sociale, therapeutische, pedagogische, artistieke en culturele inzichten en activiteiten eigen aan het Westen.

In Nederland organiseren wij daarom regelmatig voordrachten door een van de drie lama's die aan het Tibetaans Instituut verbonden zijn. Sinds de sluiting van Oibibio in Amsterdam, organiseert de Stichting Kagyu Rintchen Gyamtso Ling lezingenreeksen in Centrum De Roos, eveneens in Amsterdam. Verder worden er, verspreid over het hele land, af en toe lezingen georganiseerd over boeddhistische onderwerpen en over de dialoog met andere levensbeschouwingen.

Uitgebreide informatie over onze werking kan u vinden op de website van het Tibetaans Instituut: www.tibetaans-instituut.org:nederlands.

Het adres van de Stichting Kagyu Rintchen Gyamtso Ling is: Heemskerklaan 6, 37742 AL Baarn
Tel.: +31 (0)35 642 03 70 (op weekdagen graag na 19 uur) Fax: +31 (0)35 543 26 16
e-mail: stichting.kagyu@tiscali.nl
De contactpersoon is Herman Waumans (zelfde adres en telefoonnummer).

Programma

Lezingen in De Roos, P.C. Hooftstraat 183, Amsterdam (bij het Vondelpark)
Tijd: 20.00 uur tot 21.45 uur
Prijs: 9 euro (stadspas: 6 euro)

■ ***Vrijdag 15 september "Leven, sterven en geboren worden", Lama Karta***

De 7de Dalai Lama zei: "Het menselijk leven, kostbaar en zeldzaam, is verspild en raakt in materiële zaken verzand als het niet geleid wordt door de gedachte aan de dood. Wees elk moment klaar om te sterven."
Maar weten we wat het betekent om te sterven, en waarom is het nodig om dit te beseffen? Het boeddhisme leert hoe we ons kunnen voorbereiden op de ontmoeting met de dood, en onze angsten onder ogen zien. Heeft doodsangst misschien iets gemeen met angst voor de leegte, en hoe kunnen we die angst overwinnen?
Wat gebeurt er precies tijdens het stervensproces en daarna?
En als reïncarnatie bestaat, wat is het dan in ons dat opnieuw geboren wordt?

■ ***Vrijdag 13 oktober De boeddhistische levensfilosofie, Traleg Kyabgon Rinpochee***

Hoe integreer je wijsheid en mededogen in je dagelijkse leven ? Over dit onderwerp zal Rinpochee ons deze avond spreken. Hij geeft het onderricht in het Engels, maar er is vertaling in het Nederlands voorzien.

SOUKHASIDDHI LING - GAUME

Sedert verschillende jaren organiseren de bewoners van deze regio uit het uiterste zuiden van ons land verschillende activiteiten: één keer per jaar een voordracht in het 'Centre communautaire' van Saint-Mard (Virton), een weekendretraite in de abdij van Orval en een bezinningsdag in Aarlen. Ook wordt maandelijks een meditatie gehouden in de abdij van Orval. Deze activiteiten staan open voor iedereen, welke ook zijn of haar geloofsovertuiging is.

Sinds korte tijd hebben we de wens geuit om de groep en de activiteiten wat te structuren. Lama Karta heeft ons vereerd door een naam te schenken aan onze groep. Het gebeurt niet zo gauw dat een vrouwelijke naam gegeven wordt en we zijn daar zeer verheugd om. Mogen wij de weg die aldus getoond wordt volgen en zo werken aan het welzijn van alle wezens.

Soukhasiddhi is een belangrijke Dakini (vrouwelijke yogi) die leefde in de 9de eeuw. Haar levensbeschrijving vertelt de ontmoeting met de yogi Bitoepa en hun weg naar de Verlichting. Zij is vooral gekend omwille van haar praktijk van de zes yoga's die ze overdroeg aan Kyoengpo Neldjor, de stichter van de Changpa Kagyu-overdrachtslijn in Tibet.

DERDE UNIVERSITEIT VAN HET BOEDDHISME - BRUSSEL

Wat is het leven?
De visies van het boeddhisme en van de biologie
op het leven en de evolutie

Zaterdag 7 en zondag 8 oktober 2006
Brussel - Heizelpaleis - Auditorium 500

Nalanda, het boeddhistisch instituut van Brussel, organiseert voor het derde opeenvolgende jaar twee dagen van lezingen en debatten. In de geest van het beroemde gelijknamige Indiase klooster (tot op heden de oudste bekende universiteit) worden denkers van diverse horizonten, boeddhisten, wetenschappers, filosofen, politici enzovoort, uitgenodigd om van gedachten te wisselen over een gemeenschappelijk thema. Dit jaar gaat het debat over de definitie, of beter definities, van het leven.

"Wat is het leven?" De vraag is zo oud als de mens zelf. Aristoteles was een van de eersten die een antwoord voorstelde in de vorm van de anima, maar de problematiek kwam pas echt in de belangstelling dankzij een natuurkundige van de vorige eeuw, Erwin Schrödinger.

Het originele van dit colloquium is dat het samenspel van moderne inzichten wordt aangevuld met een nieuwe stem: die van het boeddhisme. De filosofie en de praktijk van het boeddhisme hebben met hun 2500 jaar ervaring een nog altijd revolutionaire visie op het leven en de dood. Een unieke visie, die de geest als een scheppend element beschouwt en niet als gewoon een eigenschap die voortkomt uit de materie. Een filosofische visie, gebaseerd op begrippen zoals de leegte, die ook een definitie van het fenomeen van het leven aanreikt.

De eerste dag, zaterdag 7 oktober 2006
Het leven, tussen geest en materie

VOORZITTER GUY CAUCHETEUR

9:15
Inleiding ***Luc Quéré***

9:30 • 10:30
Het leven? Een heel programma…
Jean Vandenhaute

10:30 • 12:00
Geboorte en dood: het leven volgens het boeddhisme
Traleg Kyabgon Rinpochee

LUNCH

14:00 • 15:00
Boeddhistische en fenomenologische benadering van de emoties
Fabrice Midal

15:00 • 16:00
Boeddhisme en cognitieve neurowetenschap
Jean-Philippe Lachaux

16:00 • 17:30
Monte Grande, een film van ***Franz Reichle***
over het leven van Francisco Varela

tweede dag, zondag 8 oktober 2006
Dualiteit en eenheid

VOORZITTER GUY CAUCHETEUR

‘s Ochtends zullen de werkzaamheden worden opgeschort zodat iedereen zich naar het stemlokaal kan begeven.

13:15
Inleiding

13:30 • 14:30
De interdependentie aan de basis van het leven
Lama Karta

14:30 • 15:30
Wat is het leven? volgens Erwin Schrödinger
Michel Bitbol

15:30 • 16:30
Mens en Natuur, verzoend door de wetenschap?
Johan Michaux

16:30 • 17:30

Rondetafel over ***"Wat is het leven?"***. Het publiek krijgt de gelegenheid om vragen te stellen aan de aanwezige sprekers en aan een aantal andere experts die voor de gelegenheid zijn uitgenodigd. Luc Quéré leidt het debat.

Jean Vandenhaute is doctor in de biologische wetenschappen en professor in de moleculaire genetica aan de universiteit van Namen. Zijn laboratorium onderzoekt bepaalde moleculaire mechanismen die biologische functies controleren, meer bepaald de expressie van de genen zelf. Sinds ongeveer tien jaar werkt hij samen met M. Vidal van de Harvard Medical School (Boston), een van de pioniers van de systeembiologie. In het kader van deze samenwerking interesseert hij zich voor de aard van de functionele en evolutieve moleculaire eenheid van het levende wezen, waarover hij ons in zijn lezing zal onderhouden. Zijn team heeft een honderdtal artikelen in internationale wetenschappelijke tijdschriften gepubliceerd.

De eerbiedwaardige ***Traleg Kyabgon Rinpochee*** leidt de Kagyu E-Vam-instituten van Melbourne (Australië) en New York (USA). Hij werd in 1955 in het oosten van Tibet geboren en kreeg van kindsbeen af een kloosteropleiding die voorbehouden is aan de belangrijkste opvolgers in de lijn van Kagyupa. In 1980 vertrok Traleg Rinpoche uit India naar Australië om er het boeddhisme te onderwijzen. Sindsdien heeft hij als leermeester en praktiserend boeddhist regelmatig retraites geleid, naast cursussen en conferenties over de hele wereld. Hij is de auteur van verscheidene boeken, waaronder *Au Cœur du Bouddhisme* (Kunchab Publicaties 2004), *Mind at Ease* (Shambala Ed. 2004), *Luminous Bliss* (Lothian books, 2003)

Fabrice Midal is doctor in de wijsbegeerte en boeddhistisch leraar. Hij leidt retraites en seminars en is de auteur van een groot aantal boeken over het boeddhisme, waaronder *Trungpa, une biographie, Mythes et dieux tibétains, Quel bouddhisme pour l'Occident ?* (éditions du Seuil) en *L'esprit de chevalerie à l'usage de l'homme moderne* (Presses de la Renaissance).

Jean-Philippe Lachaux is onderzoeker bij het CNRS in Lyon. Zijn beoefening van Zen heeft hem tot de studie van de neuronale basis van de aandacht geleid. Vandaag gaat zijn onderzoek verder in deze richting, met een bijzondere nadruk op de studie van de functionele rol van de hersengolven, zoals de alfa-, bèta- en gammaritmes. Hij was student en medewerker van Francisco Varela, samen met de Dalaï Lama medestichter van de dialoog *Mind and Life.*

Monte Grande

EEN FILM VAN ***FRANZ REICHLE*** OVER HET LEVEN VAN ***FRANCISCO VARELA***

Hoe kunnen de geest en het lichaam als een geïntegreerd geheel co-existeren? Deze vragen hielden Francisco Varela, beroemde bioloog en neurowetenschapper en een boegbeeld van de cognitieve wetenschap, reeds bezig als kind en bleven dat doen tot aan zijn dood. De verhaalstructuur van de film concentreert zich vooral op de geschiedenis van het leven van Varela. Zo worden zijn familieleden in verband gebracht met de hoofdthema's van de film.

Daarnaast komen toonaangevende wetenschappers, naaste vrienden en denkers zoals Zijne Heiligheid Tenzin Gyatso, de 14e Dalai Lama, Heinz von Foerster, Evan Thompson, Anne Harrington, Humberto Maturana en anderen in de film voor.

De film is opgebouwd rond drie grote thema's: de relatie tussen lichaam en geest, het besef van persoonlijke verantwoordelijkheid en de spiritualiteit.

Volgens Matthieu Ricard is de film van ***F. Reichle*** een "ontroerende, subtiele en mooie documentaire over het leven van een opmerkelijke mens. Francisco Varela was niet alleen een van de meest vooraanstaande onderzoekers in de neurowetenschappen van onze tijd, maar ook een ziener in de verkenning van de aard van het bewustzijn, die een brug wist te slaan tussen de westerse wetenschap en de contemplatieve ervaring van de boeddhistische meditatiebeoefenaars die experts zijn in de oefening van de geest."

De eerbiedwaardige ***Lama Karta***, geboren uit Tibetaanse ouders, ontving in India (Darjeeling) een westerse opleiding in een Engelse school en een opleiding als boeddhistische monnik in het klooster van Sonada, waar hij de traditionele retraite van drie jaar en drie maanden voltooide. Sinds 1987 verblijft de Lama in België, Frankrijk en Nederland en onderwijst hij er het boeddhisme. Als vooraanstaand vertegenwoordiger van het boeddhisme neemt hij regelmatig deel aan internationale interreligieuze bijeenkomsten. Hij is de auteur van tal van belangrijke boeken over het boeddhisme (*Toevlucht nemen in de Boeddha, De Weg van het Vertrouwen, Inleiding tot het boeddhisme,...*), en van cd's met Tibetaanse liturgische gezangen (al deze werken zijn gepubliceerd door uitgeverij Kunchab).

Michel Bitbol is Directeur de Recherche CNRS bij het CREA (Centre de Recherche en Epistémologie Appliquée), Ecole Polytechnique. Als doctor in de geneeskunde en doctor in de natuurwetenschappen voert hij ook onderzoek in de wijsbegeerte (filosofie van de natuurkunde en de kennis). In 1997 ontving hij de prijs Grammaticakis-Neumann voor wetenschapsfilosofie van de Académie des Sciences Morales et Politiques. Enkele van zijn belangrijkste werken zijn de uitgave van teksten van Erwin Schrödinger (*L'esprit et la matière, La nature et les Grecs, Physique quantique et représentation du monde,* éditions du Seuil), *Mécanique quantique, une introduction philosophique* (Champs-Flammarion, 1997), Schrödinger's philosophy of quantum mechanics (Kluwer, 1996); *L'aveuglante proximité du réel (anti-réalisme et quasi-réalisme en physique)* (Champs-Flammarion inédits, 1998) en *Physique et philosophie de l'esprit*, (Flammarion, 2000).

Johan Michaux is sinds zijn kindertijd geboeid door de natuur. Deze hartstocht heeft hem haast vanzelfsprekend naar de studie van de biologie geleid, gevolgd door een opleiding als "ecologisch consulent" en een doctoraat in de zoölogie aan de universiteit van Luik. Na verscheidene buitenlandse postdoctorale opleidingen in het domein van de moleculaire systematiek en de genetica van de natuurbescherming, is hij nu onderzoeker bij het NFWO en docent aan de universiteit van Luik en de Facultés Notre Dame de la Paix van Namen. In de overtuiging dat de aantasting van de natuur alleen kan worden omgebogen door een sensibilisatie van de bevolking voor dit probleem, wijdt hij een groot gedeelte van zijn tijd aan de wetenschappelijke popularisatie, onder meer als wetenschappelijk adviseur van de RTBF.

praktische informatie

INFORMATIE

Nalanda Instituut
Olmstraat 50 - 1030 Brussel
Tel.: +32 (0)2 675 38 05
Fax.: +32 (0)2 675 38 90
E-mail: institut-nalanda@skynet.be

MAALTIJDEN EN DRANK

Niet verkrijgbaar. U kunt echter terecht in Bruparck, op enkele minuten wandelen van het Instituut.

PARKEERGELEGENHEID

U kunt uw auto gemakkelijk kwijt in de omgeving van Bruparck en Auditorium 500.

DEELNAME

• 2 dagen: EUR 45,00

Uiterste datum voor betaling met bankoverschrijving: 28/09/2006
Na deze datum, betaling aan de ingang.
U kunt uw betalingsbewijs meebrengen.

INSCHRIJVING

• Met het online formulier op de website www.institut-tibetain.org
• Via e-mail: institut-nalanda@skynet.be (gelieve uw gegevens mee te delen op basis van de onderstaande

antwoordstrook).
• Met de post, door middel van de onderstaande antwoordstrook.

BETALING
in België
met overschrijving op rekening 001-3998047-74.
uit het buitenland
met overschrijving op de Fortis-rekening:
IBAN: BE 16 0013 9980 4774 - SWIFT BIC: GEBA BE BB
Begunstigde: Nalanda Instituut, Olmstraat 50, B-1030 Brussel

De deelnemers worden verzocht zich aan te melden bij het onthaal, waar zij hun toegangsbewijs zullen ontvangen. Het aantal plaatsen is beperkt tot 500.

In de marge van dit evenement melden wij de geboorte van ***een nieuwe website voor de dialoog tussen boeddhisme en wetenschap***: www.buddhism-science.org
De website van het Tibetaans Instituut heeft een nieuwe sessie geopend in het teken van de dialoog tussen het boeddhisme en de Westerse wetenschap. Het is de bedoeling een ruimte te creëren die een diepgaande communicatie over dit thema mogelijk maakt, met inbreng van wetenschappers, boeddhistische meesters en anderen die belangstelling koesteren voor deze problematiek. De site zal voor de wetenschapsmensen een bron van informatie over het boeddhisme worden, en voor de boeddhisten in België een bron van informatie over de wetenschap, in de hoop een vruchtbare dialoog te bevorderen.

Voor de programma's in het instituut Nalanda :

Instituut Nalanda
Olmstraat 50
1030 Brussel
Tel.: +32 (0)2 675 38 05
Fax.: +32 (0)2 675 38 90
institut-nalanda@skynet.be
www.institut-tibetain.org

KALENDER

Juni

Vrijdag 2 – zondag 4 - Brussel - De Middenweg, Z.H. de Dalai Lama
Maandag 5 - Brussel - Lang Leven Initiatie, Z. H. de Dalai Lama
Maandag 5 - Antwerpen - Interrelatie, Z.H. de Dalai Lama
Woensdag 7 - Brussel - Meditatie van Tchenrezig
Donderdag 8 - Schoten - Meditatie van Tchenrezig
Zaterdag 10 – zondag 11 - Cadzand - Mahamoedra-meditatie, Lama Karta
Zondag 11 - Cadzand - Vollemaansritueel
Zondag 11 - Huy - Vollemaansritueel
Maandag 12 - Schoten - Poedja
Maandag 12 - Brussel - Geleide meditatie
Dinsdag 13 - Schoten - Geleide meditatie
Dinsdag 13 - Brussel - Poedja
Woensdag 14 - Brussel - Boeddhisme en sociaal engagement
Donderdag 15 - Schoten - Boeddhisme en sociaal engagement
Vrijdag 16 - Gaume - Meditatie, Lama Tashi Nyima
Zaterdag 17 - Bellegem - Dagprogramma Tibetaanse Yoga, Lama Zeupa
Woensdag 21 - Brussel - Meditatie van Tchenrezig,
Donderdag 22 - Schoten - Meditatie van Tchenrezig,
Zaterdag 24 - Brussel - Dagprogramma De vier edele waarheden, Lama Karta
Zondag 25 - Schoten - Dagprogramma De vier edele waarheden, Lama Karta
Woensdag 28 - Brussel Uitleg over de meditatie van Tchenrezig
Donderdag 29 - Schoten - Uitleg over de meditatie van Tchenrezig
Van zondag 10 tot vrijdag 16 juni verblijft Lama Karta in het Naropa Instituut

Juli

Zaterdag 1 – zondag 2 - Huy - Tibetaanse yoga, Lama Zeupa
Vrijdag 7 – zondag 9 - Huy - Karling Chidro
Maandag 10 - Huy - Vollemaansritueel
Maandag 10 - Cadzand - Vollemaansritueel
Donderdag 13 – zondag 16 - Cadzand - Vier gedachten, Lama Tashi Nyima
Maandag 17 – woensdag 19 - Huy - Tara-retraite + initiatie, Lama Tashi Nyima
Donderdag 20 – zondag 23 - Huy - De Vier Edele Waarheden, Lama Karta
Zaterdag 22 – zondag 23 - Cadzand - Tibetaanse yoga, Lama Zeupa
Woensdag 26 – zondag 30 - Huy - Mahakala-retraite + initiatie, Lama Zeupa
Van maandag 10 tot zondag 16 juli verblijft Lama Tashi Nyima in het Naropa Instituut.

Augustus

Woensdag 2 – zondag 6 - Huy - Zomerretraite, Lama Cherab Gyaltsen Rinpochee
Zaterdag 5 – zondag 6 - Cadzand - Kracht van geduld, werken met emoties, Lama Karta
Maandag 7 – vrijdag 11 - Huy - Tharphen
Woensdag 9 - Huy - Vollemaansritueel
Zaterdag 12 – maandag 14 - Huy - Drie lama's, drie filosofen
Woensdag 16 - Brussel - Meditatie van Tchenrezig
Donderdag 17 - Schoten - Meditatie van Tchenrezig
Vrijdag 18 – zondag 20 - Huy - Manjushri, Lama Zeupa
Woensdag 23 - Brussel - De hartsoetra
Donderdag 24 - Schoten - De hartsoetra
Zaterdag 26 – zondag 27 - Cadzand - Manjushri + initiatie, Lama Zeupa
Maandag 28 – donderdag 31 - Huy - Vier tantra's, de drie lama's
Woensdag 30 - Brussel - Meditatie van Tchenrezig
Donderdag 31 - Schoten - Meditatie van Tchenrezig

September

Woensdag 6 - Brussel - Meditatie van Tchenrezig
Donderdag 7 - Schoten - Vollemaansritueel
Zondag 10 - Huy - Feest van het boeddhisme
Maandag 11 - Schoten - Poedja
Maandag 11 - Brussel - Geleide meditatie
Dinsdag 12 - Schoten - Geleide meditatie
Dinsdag 12 - Brussel - Poedja
Woensdag 13 - Brussel - Het edele achtvoudige pad
Donderdag 14 - Schoten - Het edele achtvoudige pad
Vrijdag 15 - Gaume - Meditatie
Vrijdag 15 - Amsterdam
Zaterdag 16 – zondag 17 - Huy - Kungfu en Tai Chi
Zaterdag 16 - Schoten - Dagprogramma Leren mediteren, Lama Tashi Nyima
Zondag 17 - Brussel - Dagprogramma Leren mediteren, Lama Tashi Nyima
Dinsdag 19 - Brussel - Leesgroep
Woensdag 20 - Brussel - Meditatie van Tchenrezig
Donderdag 21 - Schoten - Meditatie van Tchenrezig
Vrijdag 22 – zondag 24 - Cadzand - Alan B. Wallace
Zaterdag 23 – zondag 24 - Huy - Shinee 1, Lama Karta
Dinsdag 26 - Kortrijk - Onderricht over Meditatie, Lama Karta
Woensdag 27 - Brussel - Onderricht over Sangyee Menla
Donderdag 28 - Schoten - Onderricht over Sangyee Menla

Vrijdag 29 - Schoten - Leesgroep

Oktober

Zondag 1 - Schoten - Geleid bezoek
Maandag 2 - Schoten - Poedja
Maandag 2 - Brussel - Geleide meditatie
Dinsdag 3 - Schoten - Geleide meditatie
Dinsdag 3 - Brussel - Poedja
Woensdag 4 - Brussel - De zes paramita's: edelmoedigheid
Donderdag 5 - Schoten - De zes paramita's: edelmoedigheid
Zaterdag 7 - Huy - Vollemaansritueel
Zaterdag 7 – zondag 8 - Brussel - ***Derde editie van de Universiteit van het Boeddhisme***
Maandag 9 – dinsdag 10 en zaterdag 14 – zondag 15 - Huy - Meditatie en emoties, Traleg Kyabgon Rinpochee
Dinsdag 10 - Brussel - Leesgroep
Woensdag 11 - Brussel - De boeddhistische levensfilosofie,Traleg Kyabgon Rinpochee
Donderdag 12 - Schoten - De boeddhistische levensfilosofie, Traleg Kyabgon Rinpochee
Vrijdag 13 - Amsterdam - Traleg Kyabgon Rinpochee
Zaterdag 14 - Bellegem - Dagprogramma Meditatie, Lama Karta
Woensdag 18 - Brussel - De zes paramita's Ethisch gedrag
Donderdag 19 - Schoten - De zes paramita's Ethisch gedrag
Vrijdag 20 - Schoten - Leesgroep
Zaterdag 21 – zondag 22 - Huy - Tibetaanse Yoga, Lama Zeupa
Zaterdag 21 – zondag 22 - Cadzand Naropa - Lama Tashi Nyima
Zaterdag 21 – zondag 22 - Orval - Retraite, Lama Karta
Woensdag 25 - Brussel - Meditatie van Tchenrezig
Donderdag 26 - Schoten - Meditatie van Tchenrezig
Zaterdag 28 – zondag 29 - Huy - Tentoonstelling en verkoop van kunstvoorwerpen ten voordele van de tempel
Zaterdag 28 - Huy - Onderrichtingen over Dewatchen, Lama Karta
Zondag 29 oktober – woensdag 1 november - Huy - Amitabha-retraite, de drie lama's

November

Zaterdag 4 – zondag 5 - Huy - Kungfu en Tai Chi
Zondag 5 - Huy - Vollemaansritueel
Maandag 6 - Schoten - Poedja
Maandag 6 - Brussel - Geleide meditatie
Dinsdag 7 - Schoten - Geleide meditatie
Dinsdag 7 - Brussel - Poedja
Woensdag 8 - Brussel - De zes paramita's: Geduld-Verdraagzaamheid
Donderdag 9 - Schoten - De zes paramita's: Geduld-Verdraagzaamheid
Zaterdag 11 – zondag 12 - Huy - De geest tot rust brengen (shinee 2), Lama Tashi Nyima
Dinsdag 14 - Brussel - Leesgroep
Woensdag 15 - Brussel - Meditatie van Tchenrezig
Donderdag 16 - Schoten - Meditatie van Tchenrezig
Vrijdag 17 - Orval - Meditatie
Zaterdag 18 - Brussel - Dagprogramma De Boeddha, de dharma en de sangha, Lama Zeupa
Zondag 19 - Schoten - Dagprogramma De Boeddha, de dharma en de sangha, Lama Zeupa
Woensdag 22 - Brussel - De zes paramita's: doorzettingsvermogen
Donderdag 23 - Schoten - De zes paramita's: doorzettingsvermogen
Vrijdag 24 - Schoten - Leesgroep
Zaterdag 25 - Huy - Toevlucht nemen, Lama Zeupa
Woensdag 29 - Brussel - Meditatie van Tchenrezig
Donderdag 30 - Schoten - Meditatie van Tchenrezig

December

Zaterdag 2 – zondag 3 - Huy - Kungfu en Tai Chi
Zondag 3 - Brussel - Concert, Lama Karta
Maandag 4 - Huy - Vollemaansritueel
Maandag 4 - Schoten - Vollemaansritueel
Maandag 4 - Brussel - Geleide meditatie
Dinsdag 5 - Schoten - Geleide meditatie
Dinsdag 5 - Brussel - Poedja
Woensdag 6 - Brussel - De zes paramita's: Concentratie
Donderdag 7 - Schoten - De zes paramita's: Concentratie
Zaterdag 9 – zondag 10 - Cadzand, Shinee, Lama Tashi Nyima
Dinsdag 12 - Brussel - Leesgroep
Woensdag 13 - Brussel - De zes paramita's: Wijsheid
Donderdag 14 - Schoten - De zes paramita's: Wijsheid
Vrijdag 15 - Schoten - Leesgroep
Vrijdag 15 - Orval - Meditatie
Zaterdag 16 – zondag 17 - Huy - Lodjong, Lama Zeupa
Dinsdag 19 – woensdag 20 - Huy - Nyoeng Nee 1
Woensdag 20 - Brussel - Meditatie van Tchenrezig
Donderdag 21 - Schoten - Meditatie van Tchenrezig
Donderdag 21 – vrijdag 22 - Huy - Nyoeng Nee 2
Zondag 24 – maandag 25 - Huy Kerstfeest
Dinsdag 26 – woensdag 27 - Huy Nyoeng Nee 3
Donderdag 28 – vrijdag 29 - Huy Nyoeng Nee 4

LIDMAATSCHAP :

Hoe kunt u lid worden van het Instituut?

Wij danken onze leden voor hun trouwe bijdragen en verwelkomen alle nieuwe geïnteresseerden.

Een unieke kans wordt u hier geboden! Door uw bijdrage te betalen wordt u immers lid van vier instituten:

1. Yeunten Ling in Huy
2. Tibetaans Instituut in Schoten
3. Nalanda Instituut in Brussel
4. Naropa Instituut in Cadzand, Nederland

We zouden er prijs op stellen dat ieder die gebruik maakt van de activiteiten die onze vier centra aanbieden, zich ook engageert tot een minimale bijdrage van 25 € per kalenderjaar.
Dit lidmaatschap kunt u in het centrum van uw keuze betalen.
Voor betalingen uit Nederland verwijzen we u echter naar de overeenkomstige rubriek bij het Naropa Instituut.
Uw financiële steun is onontbeerlijk voor de productie van dit magazine en voor de permanente werking van het instituut. Gelieve uw keuze duidelijk te vermelden.

Alle leden genieten van de volgende voordelen:

- een abonnement op het Kunchab Magazine (tot en met nummer 1 van 2007);
- een korting voor de avondvoordrachten in Schoten en Brussel;
- u hebt de mogelijkheid om boeken, cd's of video's te ontlenen in Schoten.

Daarnaast wordt er nog een onderscheid gemaakt tussen:

- *gewoon lid*: € 25
  U ontvangt 5 % korting bij aankopen.
- *actief lid*: € 150 per jaar of € 12,50 per maand.
  U ontvangt 10 % korting voor verblijf, cursussen en aankopen.
- *lid-weldoener*: € 300 per jaar of € 25 per maand.
  U ontvangt 20 % korting voor verblijf, cursussen en aankopen.

Indien u in de toekomst automatisch uw bijdrage voor elk kalenderjaar wil storten, vragen wij u volgend formulier in te vullen. De betaling van het lidmaatschap zal bijgevolg ieder jaar of maandelijks aan uw bankrekening worden aangeboden.

INSCHRIJFFORMULIER LIDMAATSCHAP (IN BELGIË)

Naam & voornaam .... m / v

Adres .... Nr. ....

Postcode .... Plaats ....

Telefoonnummer ....

E-mailadres ....

Bankrekeningnummer ....

Ik wens mij in te schrijven als

❑ gewoon lid: € 25
❑ actief lid: € 150
❑ lid-weldoener: € 300

Ik betaal de bijdrage

❑ per maand
❑ per jaar

Ik doe de betaling door middel van:

❑ het overschrijfformulier

❑ contante betaling in het Instituut ....

❑ een *doorlopende opdracht*: u neemt zelf contact op met uw bankinstelling en geeft een betalingsopdracht ten name van het Tibetaans Instituut, Kruispadstraat 33, 2900 Schoten, op rekeningnummer 035-5080795-73, onder vermelding van uw keuze van lidmaatschap.

❑ een *domiciliëringsopdracht*: u geeft aan het Tibetaans Instituut te Schoten de volmacht om de doorlopende overboekingen rechtstreeks aan uw bank aan te bieden.

Bij deze keuze dient u dit inschrijfformulier ondertekend per post te versturen naar het Tibetaans Instituut, Kruispadstraat 33, 2900 Schoten.

Ik blijf gerechtigd deze doorlopende opdracht tussentijds stop te zetten.

Datum:.. Handtekening : ....
Alleen bij domiciliëringsopdracht

U stuurt dit formulier terug naar het Tibetaans Instituut, Kruispadstraat 33, 2900 Schoten, per post of per fax: 03 685 09 91

REISWEG

Hoe bereikt u het Yeunten Ling Instituut in Huy?

- Met de auto vanuit Brussel moet u ongeveer 50 minuten rekenen.

- U neemt de autosnelweg Namen-Luik, afrit 8 Huy-Héron. Nu volgt u de wegwijzer Huy. U rijdt langs de Maas tot in de stad. In Huy slaat u bij de eerste rotonde rechtsaf, richting Hamoir. Vervolgens bij de tweede rotonde linksaf slaan, richting Hamoir. Deze weg ongeveer 700 meter volgen; u passeert hierbij o.a. een Shellstation rechts van de weg. Even verder, bij de tweede straat links, ziet u een wegwijzer 'Institut Tibétain'. Hier linksaf slaan, in de rue Les Golettes. Na ongeveer 500 meter wijst een bord 'Institut Tibétain' naar rechts. Vervolgens de tweede afslag naar links nemen: dit is een dreef met kastanjebomen, promenade St.-Jean l'Agneau. Deze dreef komt uit op de toegangsweg naar het instituut. U bent er!

- Met de trein neemt u Brussel-Namen-Luik en stapt u af in het station van Huy. Daar kan u de bus nemen of een taxi. U vraagt aan de taxichauffeur de speciale prijs voor het Tibetaans Instituut.

- Bus 97 tot rue Les Golettes en nog 15 minuten lopen.

Hoe bereikt u het Nalanda Instituut in Brussel?

- Met de metro stapt u af aan het station Mérode. U gaat te voet langs het Jubelpark aan de rechterkant en u neemt de Ridderschaplaan. De tweede straat rechts op deze laan is de Olmstraat. Met de stapt u af in het centraal station en neemt u de metro richting Hermann Debroux of Stockel. U stapt af aan het station Mérode.

- Met de auto, vanuit het zuiden: via de rotonde van het Maarschalk Montgomeryplein neemt u de Tervurenlaan richting Centrum; ga niet in de tunnel; aan het einde van deze laan draait u naar rechs en rijdt u naar het Jubelpark; dan neemt u de Ridderschaplaan. De tweede straat rechts op deze laan is de Olmstraat.

- Met de auto, vanuit het noorden: afslag Ring vlak na Zaventem (waar ook de E40 naar Leuven en Luik de Ring verlaat), richting Brussel. Op de Kortenberglaan gaat u ter hoogte van het Jubelpark naar links. De derde straat links is de Ridderschaplaan, de tweede rechts is de Olmstraat.
  Parking: bij grote drukte kunt u uw wagen parkeren in de buurt van het Jubelpark.

Hoe bereikt u het Tibetaans Instituut in Schoten?

- Met de auto vanuit Antwerpen of Brussel volgt u de Antwerpse ring richting Breda. U neemt de afrit Deurne - Sportpaleis en draait rechtsaf. U volgt de Bisschoppenhoflaan over een afstand van 2 à 3 km. Aan het kruispunt waar zich aan de rechterkant een Quick Drive-in bevindt, gaat u linksaf over de Hoogmolenbrug. U volgt de Braamstraat tot aan het T-kruispunt. Dan even links en onmiddellijk weer rechtsaf, de Leo Van Hullebuschstraat in. Aan het verkeersbord 'verboden in te rijden' linksaf. Nadien onmiddellijk rechts, en dan weer links en rechts. U bent in de Kruispadstraat!

Als er in het Sportpaleis een of andere activiteit gaande is, kan u wel problemen hebben om tijdig ter plaatse te zijn. In dit geval volgt u deze weg.:
Volg de Ring richting Breda. Blijf daarbij zoveel mogelijk op de linkse rijstroken. Verlaat de Ring aan knooppunt 'Kleine Bareel', volg richting Schoten. U komt aan de Bredabaan, daar rechtsaf. Aan de verkeerslichten ga je linksaf, Horstebaan. Aan het kruispunt met verkeerslichten, rechtdoor, tot aan het verkeersbord 'Verboden richting voor ieder bestuurder'. Hier rechtsaf, de Constant Neutjensstraat in. Aan de rotonde, linksom. Aan de volgende verkeerslichten rechtdoor en voor het verkeersbord 'Verboden richting voor ieder bestuurder' rechtsaf, Sint-Cordulastraat. Onmiddellijk 1ste straat links, de Venstraat in. De 1ste straat linksaf is de Kruispadstraat . Halverwege deze straat ligt links parking 'het Ven' waar u uw wagen kunt parkeren. Het Tibetaans Instituut bevindt zich op 2 minuten wandelen: aan het kruispunt rechtdoor en na 100 m bent u in het Tibetaans Instituut.

- Met de auto vanuit Hasselt: afslag Wommelgem, richting Wijnegem. Bij het kruispunt 'shoppingcentrum' rechtdoor, volgende kruispunt links, volgende kruispunt rechts over de Hoogmolenbrug. Zie verder hierboven.
- Met de auto vanuit Breda neemt u de afslag St.-Job-in-'t Goor op de E19. Aan de verkeerslichten neemt u richting Schoten. Aan de derde verkeerslichten, na 6 km, volgt u de aanduiding Schoten Centrum-Noord, en daarna bij de derde verkeerslichten schuin naar links (Kruispadstraat).
- Per bus: In Antwerpen kunt u op het Rooseveltplein bus 610 of 620, 621 op perron 10 en 11 nemen. U vraagt naar de halte dichtbij de Kruispadstraat.

Routebeschrijving naar het Naropa Instituut te Cadzand, Nederland

- *Vanuit Brussel*:
  E 40 nemen richting kust. De E 40 verlaten aan afrit 11 (Aalter). Volg de N 44 tot Maldegem, vandaar de N 49 richting Knokke. Ter hoogte van Westkapelle rechtsaf richting Sluis (N376). Na ongeveer 1 km afslaan naar links, richting Retranchement – Cadzand. Na 1,9 km bij de rotonde verder naar Retranchement (2,5 km). Door Retranchement rijden, voorbij de molen, en de weg volgen naar Cadzand. Na 2,5 km, aan het T-punt bij Cadzand, naar rechts afslaan, en voor de molen naar links de Ringdijk Noord 300 m volgen. De eerste afslag naar rechts is de Vierhonderdpolderdijk, die na 150 m naar rechts afbuigt. Na 1,9 km, op het einde van deze weg, ligt links het Naropa Instituut.

- *Vanuit Antwerpen*:
  via de expresweg E 34/N 49 naar Knokke. Te Westkapelle rechtsaf en volgen zoals hierboven beschreven.

- *Vanuit Kortrijk*:
  via A 17 richting Brugge, E 40 kruisen en verder volgen zoals boven beschreven.

- *Vanuit Nederland*:
  Via Goes: A 58, via tunnel (TOL) richting Terneuzen/Oostburg. Dan via Schoondijke, bij de rotonde naar links richting Oostburg, 2de rotonde naar rechts via Zuidzande naar Cadzand. Bij de 1ste rotonde naar rechts richting Breskens en onmiddellijk naar links de parallelweg oprijden. De eerste weg links is de Vierhonderdpolderdijk.

  Via Bergen op Zoom: A12 richting Antwerpen, volg 'Gent - Brugge' via Liefkenshoek-toltunnel , via de expresweg E 34/N 49 naar Knokke tot aan Westkapelle.

  Via Breda: Volg de Antwerpse ring via de Kennedytunnel, dan richting Knokke/Brugge via E 34/N 49). Nadien zoals boven.

- *Met het openbaar vervoer:*
  Vanaf het station Brugge: Buslijn 2 richting Breskens, vragen halte 'Potjes' te CADZAND.
  In het winterseizoen 1 x overstappen te Oostburg, halte 'ziekenhuis'. Eerste bus vertrekt om 09.54 om het uur en laatste bus om 18.54. Vanaf halte 'Potjes' 500 m stappen naar de Vierhonderdpolderdijk. Vraag aan de chauffeur om u de richting aan te geven.

  Vanaf Vlissingen station: Met fast ferry naar Breskens. OPGELET enkel voetgangers en fietsers!
  In Breskens aan de ferry terminal de bus nemen naar Oostburg en/of Brugge, lijn 3. Vraag halte 'Potjes' te Cadzand. Vanaf rotonde bij de halte 500 m stappen, eerst 20m richting Breskens en onmiddellijk naar links de parallelweg nemen. De eerste weg links is de Vierhonderdpolderdijk. Vraag aan de chauffeur om de richting aan te geven. 1ste bus vertrekt om 07.12, daarna om 09.20, om de 2 uur. De laatste bus vertrekt om 19.20. De gegeven tijden zijn NIET bindend daar deze voor het winterseizoen gelden en soms kunnen wisselen!

  Vanaf het station Brugge: Buslijn 2 richting Breskens, vraag halte 'Potjes' te Cadzand. Zie vervolg 'Vlissingen'
  In het winterseizoen 1 x overstappen te Oostburg, halte 'ziekenhuis'. Eerste bus vertrekt om 09.54 om het uur en laatste bus om 18.54.

Laatste berichten

1. Vergeet niet de verandering te noteren voor wat betreft de datum van de inhuldiging van de tempel: het wordt maandag 29 mei en niet dinsdag 30 mei in Huy.

Het uur blijft hetzelfde: 14u.

2. Voorbereidende praktijken in de maand juli.
Zoals elk jaar geven wij aan de personen die de voorbereidende praktijken willen doen de gelegenheid intensieve praktijk te doen samen met een Lama.

Aangezien de Karling Shidro verplaatst werd en het programma van de maand juli goed volzet is, stellen we dit jaar een periode van zeven dagen voor, namelijk van 10 tot 16 juli.

Lama Zeupa zal de beoefenaars begeleiden en zal een onderricht geven op maandag 10 juli om 10u30. We zullen ons vooral concentreren op de praktijken van de neerbuigingen en van Dordjee Sempa.

Deelname in de kosten: 29 € per dag, voor drie maaltijden en een nacht
De offergave aan de Lama laten we aan het initiatief van de beoefenaars.

3. Tijdens het weekend van 17 en 18 juni voorzien we een speciaal programma van intensieve meditatie onder de leiding van Lama Tashi Nyima. De eerste dag voltrekt zich in volledige stilte en met een meditatiesessie om 10u30 en om 15u. De tweede dag zal Lama in de ochtend een onderricht geven en ons zoals de vorige dag bij de meditatie begeleiden. Ieder die een weekend wenst door te brengen in een ambiance van geconcentreerde inkeer is welkom.

Deelname voor de cursus en verblijf inbegrepen: 59 €

4. Traleg Rinpochee zal deelnemen aan de derde Universiteit voor het boeddhisme Brussel die plaats heeft op 7 en 8 oktober. Rinpochee zal in Huy een cursus geven op maandag 9 en dinsdag 10 oktober en het weekend van 14 en 15 oktober. Op woensdag, donderdag en vrijdag zal Rinpochee respectievelijk in Brussel, Schoten en Amsterdam onderricht geven. Rinpochee zal oefeningen voorstellen aan de retraitanten die tussen 10 en 14 oktober willen blijven.

Deelname 29 € per dag, drie maaltijden en een nacht inbegrepen, voor wat de tussenperiode betreft.

Opgelet! De data en programma's zoals hier vermeld zijn niet te vinden noch in het programma van Huy noch in de algemene kalender op pag. 30 en 31.

KUNCHAB MAGAZINE

Kwartaalblad van het Tibetaans Instituut vzw
Revue trimestrielle publiée par l'institut tibêtain asbl



Institut Yeunten Ling asbl
Château du Fond l'Evêque
4 prom Saint Jean l'Agneau B-4500 Huy
Tel. : +32 (0)85 27 11 88 fax : +32 (0)85 27 11 99
Fortis : 240-0291015-19 CCP : 000-1286817-15
IBAN : BE39 2400 2910 1519 - BIC GEBA BE BB
yeunten-ling@skynet.be



Tibetaans Instituut vzw
Karma Sonam Gyamtso Ling
Kruispadstraat 33 B-2900 Schoten
Tel.: +32 (0)3 685 09 19 fax: +32 (0)3 685 09 91
Fortis: 220-0493023-08 CCP 000-0082782-41
IBAN : BE63 2200 4930 2308 - BIC GEBA BE BB
tibinst@skynet.be



Institut Nalanda asbl
Rue de l'Orme / Olmstraat 50 B-1030 Bruxelles / Brussel
Tel. : +32 (0)2 675 38 05 fax : +32 (0)2 675 38 90
Fortis : 001-3998047-74
IBAN : BE16 0013 9980 4774 - BIC GEBA BE BB
institut-nalanda@skynet.be



Naropa Instituut
Vierhonderdpolderdijk 10
4506 HL Cadzand
Nederland
Tel.: +31 (0)117 39 69 69 fax: +31 (0)117 45 48 15
Fortis: 97.25.37.961
IBAN: NL06 FTSB 0972 5379 61 – BIC FTSBNL 2R
naropa@tibetaans-instituut.org